

**TINGKAT KETERAMPILAN DASAR MELEMPAR, MENANGKAP, DAN MEMUKUL
BOLA KASTI PADA SISWA KELAS IV DAN V SD NEGERI CARIKAN
KECAMATAN LENDAH KABUPATEN KULON PROGO**

SKRIPSI

**Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan**



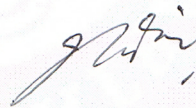
Oleh:
Bayu Oktavianto
11604221026

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN JASMANI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAAGAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2015**

PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul **“Tingkat keterampilan dasar melempar menangkap dan memukul bola kasti pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Carikan, Kecamatan Lendah, Kabupaten Kulon Progo”**. Yang disusun oleh Bayu Oktavianto NIM 11604221026, ini telah disetujui pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, 25 Maret 2015
Dosen Pembimbing,



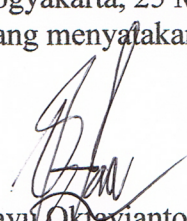
Hedi Ardiyanto H, M.Or
NIP . 19770218 200801 1 002

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul **“Tingkat keterampilan dasar melempar, menangkap, dan memukul bola kasti pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Carikan, Kecamatan Lendah, Kabupaten Kulon Progo”** benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau yang diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata cara penulisan karya ilmiah yang lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, 25 Maret 2015
Yang menyatakan,

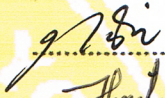


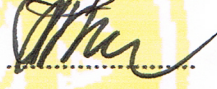


Bayu Oktavianto
NIM. 11604221026

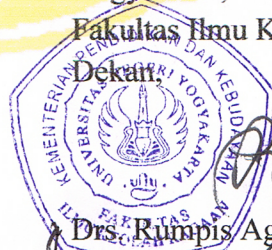
PENGESAHAN

Skripsi dengan judul **“Tingkat keterampilan dasar melempar, menangkap, dan memukul bola kasti pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Carikan, Kecamatan Lendah, Kabupaten Kulon Progo”**. yang disusun oleh Bayu Oktavianto, NIM 11604221026, ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 22 April 2015 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Hedi Ardiyanto H, M.Or	Ketua		8/5/2015
Indah Prasetyawati T.P., M. Or	Sekretaris		8/5/2015
R. Sunardianta, M. Kes	Penguji I		6/5/2015
Ahmad Rithaudin, M. Or	Penguji II		4/5/2015

Yogyakarta, Mei 2015
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Dekan,



Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.
NIP. 19600824 19860 1 001

MOTTO

1. Dengan ilmu kehidupan menjadi mudah, dengan seni kehidupan menjadi indah, dengan agama kehidupan menjadi terarah dan bermakna.
(Prof. Dr. A. Mukti Ali)
2. Jika kamu belum siap mendapatkan sebuah kritikan, berarti kamu sudah di posisi nyaman tanpa keinginan untuk lebih maju.
(Indah Dewi Pertiwi)
3. Jangan menyerah pada kesulitan karena akan ada jalan keluar yang terbaik.
(Bayu Oktavianto)
4. Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.
(Al-Insyirah, ayat: 5)

PERSEMBAHAN

Sebuah karya kecil ini saya persembahkan untuk :

1. Bapak dan Ibu (Bapak Supandi dan Ibu Iswidayati)

Segala pengorbanan bapak dan ibu takkan pernah tergantikan oleh apapun di dunia ini. Terima kasih atas segenap kasih sayang dan perhatian yang tulus yang bapak dan ibu curahkan untuk saya, dengan segala rasa hormat akan tetap saya junjung tinggi sampai akhir hayatku.

2. Adik Gandung Puji Prasetyo terima kasih atas doa, perhatian dan dorongan agar tetap semangat dalam mengerjakan skripsi.

TINGKAT KETERAMPILAN DASAR MELEMPAR, MENANGKAP, DAN MEMUKUL BOLA KASTI PADA SISWA KELAS IV DAN V SD NEGERI CARIKAN KECAMATAN LENDAH KABUPATEN KULON PROGO

Oleh:
Bayu Oktavianto
11604221026

ABSTRAK

Tingkat keterampilan dasar melempar, menangkap, dan memukul bola kasti SD Negeri Carikan, Kecamatan Lendah, Kabupaten Kulon Progo khususnya kelas IV dan V setelah dilakukan observasi hasilnya bervariasi. Maka dari itu perlu adanya pembuktian secara *empiris* dengan melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar melempar, menangkap, dan memukul bola kasti pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Carikan, Kecamatan Lendah, Kabupaten Kulon Progo.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Subjek dalam penelitian ini siswa kelas IV dan V SD Negeri Carikan, Kecamatan Lendah, Kabupaten Kulon Progo yang berjumlah 28 siswa. Instrumen penelitian yang digunakan adalah tes melempar, menangkap, dan memukul bola kasti modifikasi dari tes keterampilan bermain *rounders* oleh R.Sunardianta. Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif yang dituangkan dalam persentase.

Hasil penelitian yang diperoleh dari penelitian ini adalah tingkat keterampilan keseluruhan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti pada siswa kelas IV dan V dengan kategori “baik sekali” adalah sebanyak 6 siswa (21,4 %), kategorinya “baik” sebanyak 3 siswa (10,7 %), yang kategorinya “sedang” sebanyak 6 siswa (21,4 %), yang kategorinya “kurang” sebanyak 5 siswa (17,9 %), dan kategori “kurang sekali” sebanyak 8 siswa (28,6 %).

Kata Kunci : *Keterampilan dasar, melempar, menangkap, memukul, siswa SD*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi dengan judul **“Tingkat keterampilan dasar melempar, menangkap, dan memukul bola kasti pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Carikan, Kecamatan Lendah, Kabupaten Kulon Progo”** dimaksudkan untuk mengetahui Tingkat keterampilan dasar melempar, menangkap, dan memukul bola kasti siswa kelas IV dan V SD Negeri Carikan, Kecamatan Lendah, Kabupaten Kulon Progo.

Skripsi ini dapat terwujud dengan baik berkat uluran tangan dari berbagai pihak, teristimewa pembimbing. Oleh sebab itu pada kesempatan ini bermaksud menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd, M.A, selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk dapat menyelesaikan studi.
2. Bapak Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah memberikan ijin penyusunan skripsi dan ijin penelitian.
3. Bapak Drs. Amat Komari, M.Si, selaku Kepala Jurusan POR Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, yang selalu memberikan bimbingan dan arahan selama studi.

4. Bapak Drs. Sriawan, M.Kes, selaku Koordinator Program Studi PGSD Penjas Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah memberikan motivasi dan pengarahan.
5. Bapak Komarudin, M.A, selaku Dosen Penasehat Akademik yang senantiasa memberi arahan, nasehat, dan bimbingan selama studi.
6. Bapak Hedi Ardiyanto H, M.Or, selaku Dosen Pembimbing skripsi yang dengan sabar meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan pengarahan selama penyusunan skripsi.
7. Bapak/ Ibu Dosen dan Karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah memberikan segudang ilmu kepada peneliti selama studi.
8. Ibu Miskinem, S.Pd, selaku Kepala SD Negeri Butuh, Kecamatan Lendah, Kabupaten Kulon Progo yang telah memberikan ijin penulis dalam Uji Instrumen Penelitian.
9. Ibu Lucia Wahyuni, S.Pd. SD, selaku Kepala SD Negeri Carikan, Kecamatan Lendah, Kabupaten Kulon Progo yang telah memberikan ijin dan bersedia membantu selama penelitian.
10. Bapak Supandi, A.Ma Pd, selaku Guru pendidikan jasmani SD Negeri Carikan, Kecamatan Lendah, Kabupaten Kulon Progo yang telah membantu penulis dalam pengambilan data skripsi.
11. Siswa dan siswi kelas IV dan V SD Negeri Butuh, Kecamatan Lendah, Kabupaten Kulon Progo yang telah membantu di dalam uji instrumen penelitian.

12. Siswa dan siswi kelas IV dan V SD Negeri Carikan, Kecamatan Lendah, Kabupaten Kulon Progo yang telah membantu di dalam pengambilan data penelitian.
13. Teman-teman PGSD Penjas A 2011 atas semua dukungan, saran, dan kritiknya.
14. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penulisan Tugas Akhir Skripsi ini.

Semoga segala bantuan yang telah diberikan mendapat imbalan yang melimpah dari Tuhan Yang Maha Esa. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa penyusunan skripsi ini jauh dari kesempurnaan. Diharapkan semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi pembaca pada umumnya.

Yogyakarta, April 2015

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Batasan Masalah	8
D. Rumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian	8
F. Manfaat Penelitian	9
BAB II KAJIAN TEORI	
A. Deskripsi Teori	10
1. Hakikat Pendidikan Jasmani	10
2. Hakikat Permainan Kasti.....	16
3. Hakikat Keterampilan Dasar	23
4. Teknik Dasar Bermain Kasti	25
5. Hakikat dan Teknik Melempar Bola Kasti	26
6. Hakikat dan Teknik Menangkap Bola Kasti	34
7. Hakikat dan Teknik Memukul Bola Kasti	40
8. Karakteristik Siswa Sekolah Dasar	46

B. Penelitian yang Relevan	50
C. Kerangka Berpikir	52
 BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	54
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	54
C. Subjek Penelitian	55
D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data	56
1. Instrumen Penelitian	56
2. Validitas dan Reliabilitas	57
3. Teknik Pengumpulan Data	58
E. Teknik Analisis Data	61
1. Pengelompokan Hasil Tes	61
2. Teknik Analisis Data Penelitian	62
 BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	64
B. Pembahasan	82
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	87
B. Implikasi Hasil Penelitian	87
C. Keterbatasan Hasil Penelitian	88
D. Saran	89
 DAFTAR PUSTAKA	 90
LAMPIRAN	93

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Rumus Pengelompokan 5 Kategori	62
Tabel 2. Distribusi Frekuensi Keterampilan Dasar Melempar, Menangkap, dan Memukul Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Carikan	65
Tabel 3. Distribusi Frekuensi Keterampilan Dasar Melempar Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Carikan	66
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Keterampilan Dasar Menangkap Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Carikan	68
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Keterampilan Dasar Memukul Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Carikan	69
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Keterampilan Dasar Melempar, Menangkap, dan Memukul Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV SD Negeri Carikan	71
Tabel 7. Distribusi Frekuensi Keterampilan Dasar Melempar Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV SD Negeri Carikan	72
Tabel 8. Distribusi Frekuensi Keterampilan Dasar Menangkap Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV SD Negeri Carikan	74
Tabel 9. Distribusi Frekuensi Keterampilan Dasar Memukul Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV SD Negeri Carikan	75
Tabel 10. Distribusi Frekuensi Keterampilan Dasar Melempar, Menangkap, dan Memukul Bola Kasti Pada Siswa Kelas V SD Negeri Carikan Distribusi Frekuensi Keterampilan Dasar Melempar Bola Kasti Pada Siswa Kelas V SD Negeri Carikan	77
Tabel 11. Distribusi Frekuensi Keterampilan Dasar Melempar Bola Kasti Pada Siswa Kelas V SD Negeri Carikan.....	78
Tabel 12. Distribusi Frekuensi Keterampilan Dasar Menangkap Bola Kasti Pada Siswa Kelas V SD Negeri Carikan	80
Tabel 13. Distribusi Frekuensi Keterampilan Dasar Memukul Bola Kasti Pada Siswa Kelas V SD Negeri Carikan	81

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Alat-alat Permainan Kasti	20
Gambar 2. Lapangan Kasti	21
Gambar 3. Melempar Bola Melambung	28
Gambar 4. Melempar Bola Mendatar atau Lurus	29
Gambar 5. Melempar Bola Menyusur Tanah	29
Gambar 6. Memegang Bola dengan Tiga Jari	32
Gambar 7. Memegang Bola dengan Empat Jari	32
Gambar 8. Sikap Permulaan Melempar	33
Gambar 9. Gerakan Pertama Melempar	33
Gambar 10. Gerakan Kedua Melempar	34
Gambar 11. Gerakan Terakhir Melempar	34
Gambar 12. Posisi Tubuh dan Tangan saat Menangkap Bola	39
Gambar 13. Posisi Telapak Tangan Pada saat Menangkap Bola	39
Gambar 14. Posisi Tangan Memegang Tongkat Pemukul	41
Gambar 15. Posisi Kaki saat Memukul Bola Kasti	42
Gambar 16. Posisi kaki untuk memukul bola ke arah bendera batas separuh lapangan yang berada disebelah kiri dan daerah sekitarnya	42
Gambar 17. Posisi kaki untuk memukul bola ke samping kiri ke arah tiang pertolongan	42
Gambar 18. Posisi kaki untuk memukul bola ke arah antara ruang bebas dan bendera batas separuh lapangan yang berada disebelah kanan ...	43
Gambar 19. Arah Ayunan saat Memukul Bola	45
Gambar 20. Posisi dan Sasaran Tes Melempar	59

Gambar 21. Posisi dan Sasaran Tes Menangkap	60
Gambar 22. Posisi dan Sasaran Tes Memukul	61
Gambar 23. Diagram Keterampilan Dasar Melempar, Menangkap, dan Memukul Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Carikan	65
Gambar 24. Diagram Keterampilan Dasar Melempar Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Carikan	67
Gambar 25. Diagram Keterampilan Dasar Menangkap Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Carikan	68
Gambar 26. Diagram Keterampilan Dasar Memukul Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Carikan.....	70
Gambar 27. Diagram Keterampilan Dasar Melempar, Menangkap, dan Memukul Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV SD Negeri Carikan	71
Gambar 28. Diagram Keterampilan Dasar Melempar Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV SD Negeri Carikan	73
Gambar 29. Diagram Keterampilan Dasar Menangkap Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV SD Negeri Carikan	74
Gambar 30. Diagram Keterampilan Dasar Memukul Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV SD Negeri Carikan.....	76
Gambar 31. Diagram Keterampilan Dasar Melempar, Menangkap, dan Memukul Bola Kasti Pada Siswa Kelas V SD Negeri Carikan	77
Gambar 32. Diagram Keterampilan Dasar Melempar Bola Kasti Pada Siswa Kelas V SD Negeri Carikan	79
Gambar 33. Diagram Keterampilan Dasar Menangkap Bola Kasti Pada Siswa Kelas V SD Negeri Carikan	80
Gambar 34. Diagram Keterampilan Dasar Memukul Bola Kasti Pada Siswa Kelas V SD Negeri Carikan	82

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Permohonan Ijin Penelitian	93
Lampiran 2. Surat Ijin Penelitian dari SETDA DIY	94
Lampiran 3. Surat Ijin Penelitian dari KPT Kulon Progo	95
Lampiran 4. Surat Keterangan dari Kepala SD Negeri Carikan	96
Lampiran 5. Surat Keterangan Uji Instrumen dari Kepala SDN Butuh	97
Lampiran 6. Daftar Siswa Uji Instrumen	98
Lampiran 7. Hasil Uji Instrumen	110
Lampiran 8. Daftar Siswa Pengambilan Data	117
Lampiran 9. Hasil Olah Data	123
Lampiran 10. Dokumentasi	132

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani merupakan bagian penting dari proses pendidikan. Melalui penjas yang diarahkan dengan baik, anak akan mengembangkan keterampilan yang berguna bagi pengisian waktu senggang, mengembangkan pola hidup sehat, berkembang secara sosial, dan menyumbang pada kesehatan fisik serta mentalnya. Meskipun penjas mengajak kepada anak untuk bergembira, namun tidaklah tepat untuk mengatakan bila pendidikan jasmani diselenggarakan semata-mata agar anak bergembira dan bersenang-senang. Bila demikian seolah-olah pendidikan jasmani hanyalah sebagai mata pelajaran “selingan”, tidak berbobot dan tidak memiliki tujuan yang bersifat mendidik. Pendidikan jasmani merupakan sarana pendidikan yang memberikan kesempatan bagi anak untuk mempelajari hal-hal yang penting. Oleh karena itu, pelajaran penjas tidak kalah penting dibandingkan dengan pelajaran lain seperti: Matematika, Bahasa, IPA, IPS, dan lain-lain.

Pendidikan jasmani memiliki peran penting dalam mengintensifkan penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Selain itu, pendidikan jasmani juga memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain, dan berolahraga secara sistematis, terarah serta terencana. Pembekalan pengalaman belajar tersebut diarahkan pada pembekalan sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat. Oleh karena itu, penyelenggaraan pendidikan jasmani olahraga dan

kesehatan harus dikembangkan lebih optimal sehingga peserta didik lebih inovatif, terampil, kreatif, memiliki kesehatan jasmani, kebiasaan hidup sehat dan memiliki pengetahuan serta pemahaman gerak manusia.

Pendidikan untuk anak di sekolah dasar sangatlah penting salah satunya adalah pendidikan jasmani. Telah diketahui bersama bahwa anak-anak pada umumnya memiliki kecenderungan ingin selalu bergerak. Bergerak bagi anak-anak merupakan salah satu bagian yang sangat penting di dalam hidupnya. Berbagai bentuk gerakan yang diperoleh anak-anak, merupakan dasar di dalam memasuki tahap-tahap perkembangannya, baik perkembangan yang berhubungan dengan pengetahuan, nilai, dan sikap, maupun keterampilan gerak itu sendiri. Salah satu usaha untuk mewujudkan keberhasilan anak di dalam belajar keterampilan gerak, adalah melalui program pengajaran jasmani di sekolah. Program pengajaran jasmani yang diselenggarakan di sekolah dasar melalui berbagai bentuk gerakan, memberikan sumbangan yang sangat besar dan bermakna bagi anak-anak sekolah dasar terhadap pengembangan kemampuan pengetahuan, nilai dan sikapnya. Dengan demikian tidaklah berlebihan bila dikatakan bahwa program pengajaran pendidikan jasmani yang diterapkan di sekolah, dapat dijadikan salah satu alat untuk mencapai tujuan pendidikan, khususnya di sekolah dasar.

Menurut Bambang Susilo (2006: 703), Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar Tingkat SD/ MI, Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan bertujuan agar peserta didik memiliki kemampuan sebagai berikut:

1. Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih.
2. Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik.
3. Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.
4. Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.
5. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggungjawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis.
6. Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan.
7. Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil, serta memiliki sikap yang positif.

Selain itu menurut Bambang Susilo (2006: 703), Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar Tingkat SD/ MI, ruang lingkup mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, meliputi aspek-aspek sebagai berikut:

1. Permainan dan olahraga meliputi: olahraga tradisional, permainan, eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif, atletik, kasti, rounders, kippers, sepak bola, bola basket, bola voli, tenis meja, tenis lapangan, bulu tangkis, dan beladiri, serta aktivitas lainnya.
2. Aktivitas pengembangan meliputi: mekanika sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani, dan bentuk postur tubuh serta aktivitas lainnya.
3. Aktivitas senam meliputi: ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat, dan senam lantai, serta aktivitas lainnya.
4. Aktivitas ritmik meliputi: gerak bebas, senam pagi, SKJ, dan senam aerobik serta aktivitas lainnya.
5. Aktivitas air meliputi: permainan di air, keselamatan air, keterampilan bergerak di air, dan renang serta aktivitas lainnya.
6. Pendidikan luar kelas, meliputi: piknik/ karyawisata, pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah, dan mendaki gunung.
7. Kesehatan, meliputi penanaman budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, khususnya yang terkait dengan perawatan tubuh agar tetap sehat, merawat lingkungan yang sehat, memilih makanan dan minuman yang sehat, mencegah dan merawat cedera, mengatur waktu istirahat yang tepat dan berperan aktif dalam kegiatan P3K dan UKS.

Aspek kesehatan merupakan aspek tersendiri, dan secara implisit masuk ke dalam semua aspek.

Salah satu standar kompetensi kelas IV menurut Bambang susilo (2006: 703), adalah mempraktikkan gerak dasar ke dalam permainan sederhana dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya, kompetensi dasarnya mempraktikkan gerak dasar dalam permainan bola kecil sederhana dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai kerjasama tim, sportivitas, dan kejujuran. Sedangkan standar kompetensi kelas V menurut Bambang Susilo (2006: 703), adalah mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya. Sedangkan kompetensi dasarnya mempraktikkan variasi gerak dasar ke dalam modifikasi permainan bola kecil, serta nilai kerja sama, sportivitas, dan kejujuran. Dengan demikian menurut Bambang susilo (2006: 703), ruang lingkup mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan meliputi aspek permainan dan olahraga harus diajarkan di sekolah dasar seperti permainan bola kecil yang salah satu materi pokoknya yaitu kasti. Permainan kasti merupakan salah satu jenis permainan yang sangat digemari dan sangat populer oleh sebagian besar siswa tingkat sekolah dasar. Ketertarikan pada permainan kasti dikarenakan olahraga tersebut cukup menyenangkan dan sudah dikenal masyarakat, dapat dimainkan baik oleh laki-laki, perempuan, orang dewasa maupun anak-anak. Permainan kasti merupakan permainan beregu yang menggunakan bola dan pemukul serta beberapa peralatan lainnya serta mengutamakan penguasaan teknik, dalam hal ini adalah

seperti teknik melempar bola kasti, menangkap bola kasti, memukul bola kasti serta berlari.

Penulis melakukan pengamatan di SD Negeri Carikan yang berlokasi di dusun Degolan, desa Bumirejo, kecamatan Lendah, kabupaten Kulon Progo. Sekolah dasar tersebut tidak jauh dari tempat tinggal penulis dan dahulu penulis merupakan alumnus dari sekolah dasar tersebut. SD Negeri Carikan masih berada di daerah pedesaan berdataran rendah dan agak jauh dari pusat keramaian, sehingga kondusif digunakan untuk proses belajar mengajar. Jumlah keseluruhan siswa SD Negeri carikan ditahun ajaran 2014/ 2015 adalah 81 siswa, dan tenaga pendidiknya terdiri dari 8 guru tetap, 3 guru tidak tetap, serta 1 kepala sekolah. SD Negeri Carikan mempunyai bangunan yang masih bagus karena belum lama ini mendapat dana untuk membenahi seluruh ruangan, yang terdiri dari 6 ruang kelas, ruang guru, ruang kepala sekolah, ruang perpustakaan, ruang UKS, mushola, gudang, dan kamar mandi/ WC. SD Negeri Carikan mempunyai sarana dan prasarana yang cukup lengkap untuk menunjang jalannya kegiatan belajar mengajar, ditambah lagi halaman cukup luas yang biasa digunakan untuk kegiatan upacara bendera, olahraga dan lain sebagainya, serta di depan sekolah dasar juga ada tanah lapang yang biasa digunakan untuk kegiatan olahraga siswa maupun masyarakat.

Berdasarkan pengamatan penulis pada saat melakukan observasi kegiatan belajar mengajar penjas dengan materi permainan kasti di SD Negeri Carikan, siswa mendapatkan kesulitan untuk menerapkan dan mengembangkan keterampilan-keterampilan bermain kasti di lapangan, melempar, menangkap,

serta kemampuan memukul bola kasti. Keterampilan fisik, minat siswa, sarana dan prasarana bermain kasti menjadi kendala sehingga, sejauh ini tingkat keterampilan dasar melempar, menangkap, dan memukul bola kasti SD Negeri Carikan, Kecamatan Lendah, Kabupaten Kulon Progo khususnya kelas IV dan V masih kurang baik. Kurangnya kerjasama serta minat siswa yang bervariasi mengakibatkan sebagian siswa kurang aktif dan juga masih banyak siswa belum optimal dalam menguasai teknik-teknik dasar permainan kasti. Seperti halnya pada saat bermain kasti, ada siswa yang memiliki keterampilan yang baik/ merata di teknik melampar, menangkap dan memukul, tetapi ada juga siswa yang hanya bagus pada teknik tertentu saja dan teknik yang lain masih kurang baik, jadi kemampuan siswanya bervariasi dalam bermain kasti.

Melempar bola, siswa tidak tepat sasaran ini diakibatkan oleh cara melempar dan memegang bolanya masih belum baik serta kurangnya latihan. Ada siswa memukul bola kasti tidak mengenai atau luncas terutama siswa putri ini karena kurang perhitungan dalam memukul bola serta siswa terlalu terburu-buru dalam mengayunkan pemukul, serta ada siswa pada saat menangkap bola sering terlepas yang diakibatkan kurangnya latihan, cara menangkap bola yang tidak benar dan ada siswa yang masih merasa takut ketika akan menerima bola. Hal ini disebabkan belum terbentuknya koordinasi gerak yang dimiliki siswa tersebut. Selanjutnya kendala yang dihadapi adalah kurangnya sarana atau alat untuk mendukung pembelajaran permainan kasti, contohnya adalah bola kasti dan pemukul kasti yang terlalu sedikit mengakibatkan siswa kurang optimal dalam proses pembelajaran permainan kasti sehingga siswa harus bergantian

menunggu terlalu lama untuk mendapatkan giliran memegang bola atau memukul bola yang hal tersebut menjadikan waktu belajar siswa kurang efektif serta memperlambat untuk memperoleh keterampilan yang baik. Beberapa teknik dasar bermain kasti yang sangat penting adalah keterampilan melempar bola, menangkap bola, serta memukul bola. Dengan memiliki keterampilan melempar, menangkap, dan memukul bola yang baik diharapkan pemain kasti tersebut akan dapat mematikan lawan untuk mendapatkan poin. Salah satu indikator sederhana untuk melihat keterampilan siswa dalam bermain kasti adalah dengan melihat keterampilan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti. Atas dasar latar belakang masalah tersebut, maka peneliti ingin melakukan penelitian untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar melempar, menangkap, dan memukul bola kasti pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Carikan, Kecamatan Lendah, Kabupaten Kulon Progo.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan tersebut diatas, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Siswa kelas IV dan V SD Negeri Carikan, Kecamatan Lendah, Kabupaten Kulon Progo sulit menerapkan dan mengembangkan teknik dasar dalam bermain kasti.
2. Minat Siswa kelas IV dan V SD Negeri Carikan, Kecamatan Lendah, Kabupaten Kulon Progo dalam pembelajaran permainan kasti masih kurang.

3. Adanya rasa takut dan ragu-ragu pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Carikan, Kecamatan Lendah, Kabupaten Kulon Progo pada saat melempar, menangkap, serta memukul bola kasti.
4. Kurangnya sarana dan prasarana seperti bola kasti serta pemukul kasti.
5. Perlunya mengetahui tingkat keterampilan dasar melempar, menangkap, dan memukul bola kasti pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Carikan, Kecamatan Lendah, Kabupaten Kulon Progo.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan pada masalah-masalah yang ada dan agar tidak menimbulkan pemahaman yang salah, maka masalah yang akan diteliti dibatasi hanya pada permasalahan “Perlunya mengetahui tingkat keterampilan dasar melempar, menangkap, dan memukul bola kasti pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Carikan, Kecamatan Lendah, Kabupaten Kulon Progo.”.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan Latar Belakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah di atas, diajukan rumusan masalahnya adalah sebagai berikut: “Seberapa baik tingkat keterampilan dasar melempar, menangkap, dan memukul bola kasti pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Carikan, Kecamatan Lendah, Kabupaten Kulon Progo?”

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai pada penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar melempar, menangkap, dan memukul bola kasti

pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Carikan, Kecamatan Lendah, Kabupaten Kulon Progo.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah:

1. Secara Teoritis :

- a. Sebagai pertimbangan dalam mengembangkan pembelajaran pendidikan jasmani.
- b. Dapat mengetahui hasil pembelajaran pendidikan jasmani bagi peserta didik.
- c. Memberikan pengetahuan tentang pentingnya hasil pembelajaran, sehingga hasil pembelajaran dapat digunakan untuk meningkatkan prestasi belajar.

2. Secara Praktis :

- a. Memberikan bekal bagi guru pendidikan jasmani dalam mengembangkan proses belajar mengajar.
- b. Sebagai bahan pertimbangan dalam menambah fasilitas dan alat olahraga untuk kelancaran pembelajaran.
- c. Siswa sebagai subjek dari pembelajaran dapat memperoleh pengetahuan dan dapat meningkatkan keberhasilan belajar siswa.

BAB II KAJIAN TEORI

A. Deskripsi Teori

1. Hakikat Pendidikan Jasmani

a. Pengertian Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran wajib di sekolah termasuk sekolah dasar, karena pendidikan jasmani masuk dalam kurikulum pendidikan. Menurut Depdiknas (2003) yang dikutip oleh Arif Rakhman (2009), Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neoromuskuler, perceptual, kognitif, dan emosional dalam kerangka sistem pendidikan nasional.

Pendidikan jasmani olahraga kesehatan adalah proses pendidikan menyeluruh yang menggunakan aktivitas fisik dengan permainan dan olahraga sebagai alatnya (Rusli Lutan, 2002:10). Pendidikan jasmani memiliki peran penting dalam mengintensifkan penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Selain itu pendidikan jasmani juga memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain, dan berolahraga secara sistematis, terarah dan terencana. Pembekalan pengalaman belajar tersebut diarahkan pada pembekalan

sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat. Oleh karena itu penyelenggaraan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan harus dikembangkan lebih optimal sehingga peserta didik lebih inovatif, terampil, kreatif, memiliki kesehatan jasmani dan kebiasaan hidup sehat serta memiliki pengetahuan dan pemahaman gerak manusia.

Menurut Mutohir dalam Amran (2013:03), pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perseorangan atau anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani untuk memperoleh pertumbuhan jasmani, kesehatan dan kesegaran jasmani, kemampuan dan keterampilan, kecerdasan dan perkembangan watak serta kepribadian yang harmonis dalam rangka pembentukan manusia Indonesia berkualitas berdasarkan Pancasila.

Berdasarkan beberapa pendapat dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani adalah merupakan salah satu mata pelajaran wajib di sekolah termasuk sekolah dasar, karena pendidikan jasmani masuk dalam kurikulum yang bertujuan untuk mengembangkan jasmani, mental, emosi, dan sosial anak menjadi baik, dengan aktivitas jasmani sebagai wahannya.

b. Tujuan Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani yang diselenggarakan di setiap sekolah melalui berbagai bentuk gerakan, memberikan sumbangan yang sangat besar terhadap pengembangan kemampuan pengetahuan, nilai dan sikapnya. Dengan demikian tidaklah berlebihan bila dikatakan bahwa

pendidikan jasmani yang diterapkan di sekolah dasar, dapat dijadikan salah satu alat untuk mencapai tujuan pendidikan.

Menurut Sukintaka (1992:9), secara garis besar tujuan pendidikan jasmani dapat digolongkan dalam empat kelompok yaitu :

- 1) Norma atau nilai, yang merupakan budaya bangsa timur pada umumnya, jadi termasuk Indonesia. Norma itu menghendaki: Manusia berbudi luhur, berbudi pekerti baik, dan atau mempunyai kepribadian yang kuat. Norma itu sendiri akan terkait iman dan taqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa.
- 2) Jasmani, sehat dan terampil.
- 3) Psikis atau kejiwaan, menjadi anak cerdas, bebas dari kebodohan dan mempunyai kepribadian yang mantap serta mandiri.
- 4) Rasa sosial, rasa bertanggung jawab kemasyarakatan, mempertebal rasa kebangsaan atau rasa cinta tanah air, dan rasa kesetiakawanan sosial.

Menurut Muhklis (2007:12) yang dikutip oleh Mukhairi (2010), tujuan pelaksanaan pendidikan jasmani adalah :

- 1) Dalam pendidikan jasmani akan merangsang perkembangan psikis kejiwaan anak. Anak akan tumbuh menjadi cerdas seiring dengan perkembangan karakternya.
- 2) Pelaksanaan pendidikan jasmani sebagai sarana pengembangan keterampilan anak.
- 3) Penerapan sikap tanggung jawab dan sportivitas dalam kehidupan sehari-hari.
- 4) Pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta perilaku hidup yang sehat melalui berbagai bentuk aktivitas jasmani didalamnya.

Berdasarkan beberapa pendapat dapat disimpulkan bahwa tujuan pendidikan jasmani merupakan wahana untuk mencapai tujuan nasional yaitu untuk mencapai manusia seutuhnya baik jasmani maupun rohani. Maka bukan hanya fisik atau jasmani saja yang dikembangkan tetapi,

perkembangan kognitif, afektif dan sosial juga memiliki komposisi yang sama serta saling menunjang satu sama lainnya.

c. Pengertian Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar

Pendidikan untuk anak di sekolah dasar sangatlah penting, salah satunya adalah pendidikan jasmani. Telah diketahui bersama bahwa anak-anak pada umumnya memiliki kecenderungan ingin selalu bergerak. Bergerak bagi anak-anak merupakan salah satu bagian yang sangat penting di dalam hidupnya. Berbagai bentuk dan corak gerakan yang diperoleh anak-anak, merupakan dasar di dalam memasuki tahap-tahap perkembangannya, baik perkembangan yang berhubungan dengan pengetahuan, nilai dan sikap, maupun keterampilan gerak itu sendiri. Dalam Depdiknas (2006:204), diuraikan tentang Penjas sebagai berikut :

Penjasorkes merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat, dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Sedangkan menurut beberapa ahli seperti Rusli Lutan (2002:1), Penjas merupakan wahana dan alat untuk membina anak agar kelak mereka mampu membuat keputusan terbaik tentang aktivitas jasmani yang dilakukan dan menjalani pola hidup.

Berdasarkan berbagai pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani adalah usaha sadar yang dilakukan guru untuk mengembangkan dan meningkatkan kebugaran jasmani, kemampuan motorik, kemampuan berpikir dan sikap positif melalui berbagai bentuk aktivitas permainan, olahraga, serta pendidikan kesehatan sehingga anak dapat menjalani pola hidup sehat sepanjang hayatnya.

d. Tujuan Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar

Program pengajaran jasmani yang diselenggarakan di sekolah dasar melalui berbagai bentuk gerakan, memberikan sumbangan yang sangat besar dan bermakna bagi anak-anaksekolah dasar terhadap pengembangan kemampuan pengetahuan, nilai dan sikapnya. Dengan demikian tidaklah berlebihan bila dikatakan bahwa program pengajaran pendidikan jasmani yang diterapkan di sekolah dasar, dapat dijadikan salah satu alat untuk mencapai tujuan pendidikan, khususnya di sekolah dasar.

Menurut Bambang Susilo (2006:703), di Standar Kompetensi dan KompetensiDasar Tingkat SD/MI, Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatanbertujuan agar peserta didik memiliki kemampuan sebagai berikut:

- 1) Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidupsehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih.
- 2) Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik.

- 3) Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.
- 4) Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.
- 5) Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis.
- 6) Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan.
- 7) Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil, serta memiliki sikap yang positif.

Secara umum tujuan pendidikan jasmani di sekolah dasar adalah memacu perkembangan fisik, perkembangan gerak, perkembangan mental dan perkembangan sosial (Adang Suherman, 2000:23) dalam Aida (2011). Tujuan penjas harus sesuai dengan tujuan pendidikan nasional. Salah satu tujuan pendidikan nasional seperti yang tertuang dalam UUD 1945 adalah untuk membentuk manusia Indonesia yang sehat jasmani dan rohani. Sehingga mata pelajaran penjasorkes adalah salah satu mata pelajaran mempunyai peran utama untuk membentuk dan meningkatkan kesegaran jasmani peserta didiknya dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

e. Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar

Menurut Bambang Susilo (2006:703), di Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar Tingkat SD/MI, ruang lingkup mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan, meliputi aspek-aspek sebagai berikut:

- 1) Permainan dan olahraga meliputi: olahraga tradisional, permainan, eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor non-lokomotor, dan manipulatif, atletik, kasti, rounders, kippers,

sepak bola, bola basket, bola voli, tenis meja, tenis lapangan, bulu tangkis, dan beladiri, serta aktivitas lainnya.

- 2) Aktivitas pengembangan meliputi: mekanika sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani, dan bentuk postur tubuh serta aktivitas lainnya.
- 3) Aktivitas senam meliputi: ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat, dan senam lantai, serta aktivitas lainnya.
- 4) Aktivitas ritmik meliputi: gerak bebas, senam pagi, SKJ, dan senam aerobik serta aktivitas lainnya.
- 5) Aktivitas air meliputi: permainan di air, keselamatan air, keterampilan bergerak di air, dan renang serta aktivitas lainnya.
- 6) Pendidikan luar kelas, meliputi: piknik/karyawisata, pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah, dan mendaki gunung.
- 7) Kesehatan, meliputi penanaman budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, khususnya yang terkait dengan perawatan tubuh agar tetap sehat, merawat lingkungan yang sehat, memilih makanan dan minuman yang sehat, mencegah dan merawat cedera, mengatur waktu istirahat yang tepat dan berperan aktif dalam kegiatan P3K dan UKS. Aspek kesehatan merupakan aspek tersendiri, dan secara implisit masuk ke dalam semua aspek.

Menurut Bambang Susilo (2006:716), Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Dasar, untuk kelas atas terdapat Standar Kompetensi “Mempraktikkan gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya”. Dengan Kompetensi Dasar “Mempraktikkan gerak dasar berbagai gerakan yang bervariasi dalam permainan bola kecil beregu dengan peraturan yang dimodifikasi, serta nilai kerjasama regu, sportivitas dan kejujuran”. Adanya SKKD Pembelajaran penjasokes diharapkan berlangsung secara aktif dalam melibatkan semua ranah pendidikan baik afektif (sikap), psikomotor (ketrampilan fisik), maupun kognitif (konsep).

2. Hakikat Permainan Kasti

a. Pengertian Permainan Kasti

Permainan kasti termasuk salah satu olahraga permainan bola kecil beregu. Permainan kasti dimainkan dilapangan terbuka. Jika ingin menguasai permainan kasti dengan baik, maka harus menguasai teknik-teknik dasarnya. Teknik-teknik dasar permainan kasti meliputi: melempar bola, menangkap bola, memukul bola dan gerakan melakukan lari. Menurut Eko Suwarso dan Sumarya (2010:2), permainan kasti merupakan salah satu permainan bola kecil karena menggunakan bola tenis lapangan. Permainan ini dimainkan oleh dua regu, yaitu regu pemukul dan regu penjaga. Regu pemukul berusaha mencari nilai dengan memukul bola dan dapat kembali ke ruang bebas dengan selamat sehingga mendapatkan nilai, sedangkan regu jaga berusaha secepatnya dapat mematikan lawan. Regu yang banyak mengumpulkan nilai lebih banyak, merekalah yang keluar sebagai pemenangnya.

Menurut Srihati Waryati, dkk (1996:102), kasti artinya suatu permainan di lapangan yang menggunakan bola kecil dan pemukul yang terbuat dari kayu. Permainan kasti dilakukan secara beregu yang dimainkan oleh dua regu, setiap regu terdiri dari 12 pemain. Permainan kasti pada umumnya sangat digemari oleh siswa-siswa Sekolah Dasar karena permainan ini mudah dilakukan siswa-siswa pada kelas atas, dan dapat dimainkan secara bersama-sama antara laki-laki

dan perempuan ataupun dimainkan khusus oleh laki-laki atau perempuan.

Permainan kasti merupakan salah satu permainan bola kecil. Permainan ini dimainkan oleh 2 regu, yaitu: regu pemukul dan regu penjaga. Setiap regu terdiri dari 12 pemain. Regu pemukul berusaha mendapatkan nilai dengan memukul bola kemudian berlari mengelilingi lapangan. Sebaliknya, regu penjaga berusaha menangkap bola serta mematikan regu pemukul. Regu yang banyak mengumpulkan nilai menjadi pemenangnya. Permainan sederhana ini dapat dimainkan di lapangan yang tidak begitu luas berukuran panjang 65 meter dan lebar 30 meter. Menurut Iwan Ridwan dan Ikman Sulaeman (2008:12), kasti adalah :

Merupakan salah satu jenis permainan bola kecil. Permainan kasti termasuk permainan beregu. Permainan ini mengutamakan kegembiraan dan ketangkasan para pemainnya. Untuk dapat memenangkan permainan, satu regu dituntut untuk bekerja sama dengan baik.

Sedangkan menurut Nasir Rosyidi (1982:12), mengemukakan bahwa permainan kasti adalah permainan yang sangat populer, hingga di beberapa daerah permainan ini mengalami beberapa perkembangan, yang kemudian menimbulkan kesukaran-kesukaran karena perbedaan pendapat. Akan tetapi, kesukaran-kesukaran tersebut (terutama yang mengenai peraturannya) ada yang tidak mungkin untuk ditetapkan menjadi suatu peraturan. Dalam hal ini bila ada pertandingan, segala sesuatu hanya dipertanggungjawabkan atas kebijakan wasit.

Berdasarkan beberapa pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa permainan kasti adalah permainan bola kecil yang populer dimainkan di lapangan yang berukuran 65 m x 30 m oleh 2 regu yang masing-masing regu terdiri dari 12 orang, yang teknik-tekniknya meliputi melempar bola, menangkap bola, memukul bola dan gerakan lari. Regu pemukul berusaha mendapatkan nilai dengan memukul bola kemudian berlari mengelilingi lapangan. Sebaliknya, regu penjaga berusaha menangkap bola serta mematikan regu pemukul. Regu yang banyak mengumpulkan nilai menjadi pemenangnya. Permainan ini mengutamakan kerjasama, kegembiraan dan ketangkasan para pemainnya untuk dapat memenangkan permainan serta segala sesuatu hanya dipertanggungjawabkan atas kebijakan wasit.

b. Alat dan Fasilitas

Guna menunjang keberlangsungan maupun kelancaran dalam permainan kasti maka dibutuhkan sarana dan prasarana sebagai berikut:

1) Alat dan Lapangan Permainan

Menurut Srihati Waryati, dkk (1996:104), spesifikasi alat dan fasilitas pendukung yang dipergunakan dalam permainan kasti diantaranya terdiri dari:

- a) Bola kasti (berat bola 70-80 gram, keliling bola 19-21 cm, warna bola orange atau merah, bahan luar bola dari karet, bahan isi bola dari sabut kelapa atau tali goni).
- b) Kayu pemukul (bahan kayu pemukul kayu serat memanjang, panjang pemukul 50-60 cm, pegangan 15-

20 cm, garis tengah 3,5 cm, bidang pemukul: garis tengah 5 cm).

- c) Nomor dada (bahan: kain dengan 2 macam warna, ukuran 25 x25 cm, tali 30 cm pada keempat sudut).
- d) Tiang hinggap (bahan: terbuat dari besi, kayu, bambu), tinggi tiang hinggap 1,5 meter dari tanah.
- e) Papan tulis untuk pencatat nilai.
- f) Kapur/tali, untuk membuat garis batas lapangan.
- g) Bendera, untuk penjaga garis atau batas lapangan, serta beberapa pen-pen dari besi kayu atau bambu.

Sedangkan menurut Margiyani (2008:2), disebutkan alat yang digunakan dalam permainan kasti adalah bola, alat pemukul dan tiang hinggap. Bola terbuat dari karet, alat pemukul terbuat dari kayu, tiang hinggap terbuat dari besi, bambu, atau kayu yang tingginya 1,5 m dari atas tanah.

Jadi dari beberapa pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa alat yang diperlukan dalam permainan kasti terdiri dari bola kasti, kayu pemukul, nomor dada, tiang hinggap, alat penulis skor, tali/kapur, bendera.



(a) Bola kasti



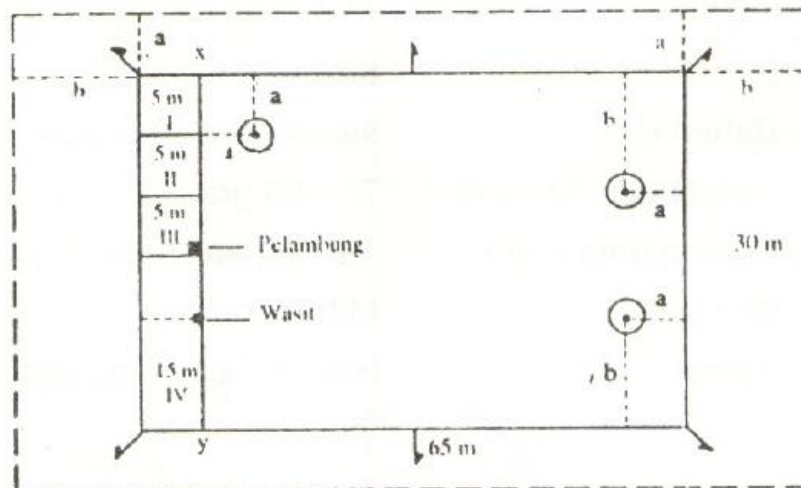
(b) Pemukul dari kayu



Gambar 1. Alat-alat Permainan Kasti
Sumber: Srihati Waryati, dkk(1996:104)

Menurut Iwan Ridwan dan Ikman Sulaeman (2008:12), lapangan yang digunakan untuk permainan bola kasti dapat secara khusus dipersiapkan atau menggunakan lapangan sepakbola atau lapangan sekolah yang diberi beberapa perlengkapan seperti ruang bebas, *base* pelempar, *base* pemukul, tempat penjaga belakang, tiang hinggap atau pemberhentian pertama, kedua, dan ketiga.

Seperti cabang olahraga lain, kasti memiliki lapangan permainan yaitu suatu area dimana di dalamnya dapat memainkan dan menjaga bola dengan sah, lapangan kasti yang baik hendaklah memenuhi persyaratan sesuai dengan ketentuan. Terdiri dari lapangan berumput berbentuk segi empat dengan ukuran 65 x 30 meter.



Gambar 2. Lapangan Kasti
Sumber : Margiyani (2008:3)

Keterangan :

- I : Ruang pembantu
- II : Ruang pemukul
- III : Ruang pelambung
- IV : Ruang bebas
- O : Tiang pertolongan/bebas dalam lingkaran berjari-jari 1 meter
- Panjang : 65 meter
- Lebar : 30 meter
- 4 : Bendera tengah/ sudut lapangan
- : Garis penonton
- a : garis 5 meter
- b : garis 10 meter
- x-y : Garis pemukul

c. Peraturan Permainan

Permainan kasti tentu saja didalamnya ada peraturan yang harus dipatuhi, menurut Srihati Waryati, dkk(1996:125), peraturan permainan kasti adalah sebagai berikut:

- a) Regu pemukul
 - 1) Setiap pemain berhak memukul 1 kali memukul, kecuali pemain terakhir berhak memukul sebanyak 3 kali pukulan.
 - 2) Sesudah memukul pemain harus meletakkan alat pemukul di dalam ruang pemukul.

- 3) Apabila alat itu berada di luar tempat yang telah ditentukan, pemain tersebut tidak dapat nilai, kecuali ia segera membetulkannya kembali.
- b) Regu penjaga
Regu penjaga bertugas :
 - 1) Mematikan lawan.
 - 2) Menangkap langsung bola yang dipukul.
 - 3) Membakar ruang bebas, jika ruang bebas kosong.
- c) Pelambung
Pelambung bertugas :
 - 1) Melambungkan bola secara wajar sesuai dengan permintaan pemukul.
 - 2) Jika bola yang dilambungkan tidak terpukul, si pelambung harus mengulang lagi.
 - 3) Jika sampai 3 kali berturut-turut bola tidak terpukul, si pemukul dapat lari bebas ke tiang pemberhentian 1.
 - 4) Menangkap langsung bola yang dipukul
 - 5) Membakar ruang bebas, jika ruang bebas kosong.
- d) Pukulan benar
Pukulan benar jika :
 - 1) Pukulan dinyatakan benar apabila bola yang dipukul melampaui garis pukul.
 - 2) Selain itu, saat dipukul bola tidak boleh mengenai tangan dan tidak boleh jatuh di ruang bebas.
- e) Penghitungan nilai
Nilai permainan kasti dihitung menurut aturan berikut :
 - 1) Jika pemain memukul bola lalu berlari ke pemberhentian I, II, III dan ruang bebas secara bertahap mendapat nilai "1".
 - 2) Jika pukulan benar dan dapat kembali ke ruang bebas tanpa berhenti pada tiang-tiang pemberhentian mendapat nilai "2".
 - 3) Regu penjaga mendapat nilai "1" apabila berhasil menangkap langsung bola yang dipukul.
 - 4) Pemenang adalah regu yang berhasil mengumpulkan nilai terbanyak.
- f) Waktu permainan
 - 1) Permainan ini berlangsung selama 2 babak.
 - 2) Tiap babak berlangsung selama 30 menit dan tiap babak diselingi waktu istirahat selama 10 menit.
- g) Pergantian tempat
Pergantian tempat antara regu pemukul dan penjaga terjadi jika :
 - 1) Salah seorang regu pemukul terkena lemparan.
 - 2) Bola ditangkap 3 kali berturut-turut oleh penjaga.
 - 3) Alat pemukul lepas saat memukul.

- 4) Salah seorang regu pemukul memasuki ruang bebas melalui garis belakang.
- 5) Salah seorang regu pemukul keluar dari ruang bebas atau keluar dari batas lapangan.

3. Hakikat Keterampilan Dasar

a. Pengertian Keterampilan

Keterampilan/*skill* dalam dunia olahraga ditandai dengan adanya aktivitas fisik yang bukan saja melibatkan otot-otot besar, melainkan juga melibatkan otot-otot halus dalam melakukan gerakan keterampilan dalam olahraga berbeda-beda antara satu cabang olahraga dengan cabang olahraga lain. Keterampilan (*skill*) dalam arti sempit yaitu kemudahan, kecepatan, dan ketepatan dalam tingkah laku motorik yang disebut juga *normal skill*. Sedangkan dalam arti luas, keterampilan meliputi aspek *normal skill*, *intelektual skill*, dan *social skill* (St. Vembriarto, 1982:52). Keterampilan adalah pola kegiatan yang bertujuan, yang memerlukan manipulasi dan koordinasi informasi yang dipelajari (Sudjana, 1996:17).

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa keterampilan adalah kemampuan untuk melakukan sesuatu dengan baik, cepat, dan tepat. Keterampilan akan dapat dicapai atau ditingkatkan dengan latihan tindakan secara berkesinambungan.

Keterampilan dasar dalam penjasorkes merupakan kegiatan yang mempunyai tujuan umum untuk lari, lompat dan loncat, melempar atau menerima. Setiap keterampilan ini dikelompokkan dalam kategori (lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif). Uraian dari macam-

macam terminal perkembangan keterampilan khusus ditandai sebagai rentangan dari yang tidak matang sampai matang, atau bentuk yang sederhana sampai bentuk keterampilan berolahraga. Keterampilan dasar merupakan dasar untuk lebih mengembangkan aktivitas gerak dan aktivitas gerak yang spesifik, yang disebut keterampilan olahraga.

b. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Tingkat Keterampilan

Tingkat keterampilan dipengaruhi oleh banyak faktor. Menurut Amung Ma'mun dan Yudha (2000:70), pencapaian suatu keterampilan dipengaruhi oleh faktor-faktor yang dibedakan menjadi tiga hal, yaitu: faktor proses mengajar, faktor pribadi dan situasional (lingkungan). Faktor proses belajar, dalam pembelajaran gerak, proses belajar yang harus diciptakan adalah dilakukan berdasarkan tahapan-tahapan yang digariskan oleh teori belajar dan diyakini kebenarannya serta dipilih berdasarkan nilai manfaatnya. Faktor pribadi, setiap orang merupakan individu yang berbeda-beda baik fisik, mental maupun kemampuannya. Faktor situasional, yang termasuk kedalam faktor situasional itu antara lain, tipe tugas yang diberikan, peralatan yang digunakan termasuk media belajar, serta kondisi sekitar dimana pembelajaran itu berlangsung.

Sedangkan menurut Nursalam (2005), tingkat keterampilan dipengaruhi oleh dua faktor yaitu:

- a) Faktor Intern (alami) adalah faktor yang diperoleh dari dalam individu itu sendiri, seperti genetika, pengaruh hormon, temperamen.

- b) Faktor Eksternal (Lingkungan) adalah faktor yang diperoleh dari luar individu, seperti keluarga, kelompok teman sebaya, pengalaman hidup, kesehatan lingkungan, nutrisi, status kesehatan, iklim/cuaca, istirahat, tidur dan olahraga.

Berdasarkan beberapa pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan dapat dipengaruhi berbagai faktor baik dari dalam diri individu maupun dari luar diri individu tersebut.

4. Teknik Dasar Bermain Kasti

Agar dapat bermain kasti dengan baik, tentunya dituntut harus menguasai teknik dasar bermain kasti. Adapun teknik dasar permainan kasti ada 4, yaitu teknik melempar, menangkap, memukul bola kasti, serta berlari. Melempar bola kasti menurut Mochamad Djumidar A. Widya (2004:121), adalah suatu gerakan yang menyalurkan tenaga pada suatu benda (bola kasti) yang menghasilkan daya pada benda tersebut dengan memiliki kekuatan ke depan/ ke atas. Menangkap bola kasti adalah merupakan suatu usaha yang dilakukan oleh regu penjaga agar dapat menguasai bola dengan menggunakan tangan dari hasil pukulan lawan atau lemparan teman. Teknik memukul bola kasti menurut Housewart dan Rivkin 1985 dalam Abdul Rojak (2011:15), adalah salah satu teknik dalam permainan kasti yang dilakukan oleh regu pemukul/penyerang dengan melakukan pukulan terhadap bola yang dilemparkan oleh pelambung. Tujuannya adalah untuk menyelamatkan dirinya atau pelari lain untuk mencapai tiang hinggap. Pada teknik memukul terdapat satu gerakan yang kompleks, karena di dalamnya diperlukan koordinasi dan pengamatan, pengambilan keputusan untuk memukul, kecepatan, dan kekuatan untuk

memukul lemparan pelambung dengan kecepatan yang belum diketahui. Teknik berlari dalam bermain kasti, ketika berlari kencang dan memperhatikan dimana bola berada, serta berusaha menghindarkan diri pada saat akan dimatikan maupun berlari mengelak merupakan upaya pemain regu pemukul dalam menghindari lemparan dari pemain lapangan (lawan) agar tidak terkena bola pada saat berlari mengelilingi lapangan.

5. Hakikat dan Teknik Melempar Bola Kasti

Dalam hubungannya dengan olahraga dan aktivitas fisik sangat diperlukan kecakapan tubuh. Salah satu contoh adalah kemampuan melempar. Jika kemampuan melempar seseorang sangat baik maka akan dapat melakukan gerakan melempar yang baik pula. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, melempar adalah membuang jauh-jauh. Sedangkan menurut Mochamad Djumidar A. Widya (2004:121), lempar adalah suatu gerakan yang menyalurkan tenaga pada suatu benda yang menghasilkan daya pada benda tersebut dengan memiliki kekuatan ke depan/ ke atas. Dari beberapa pendapat dapat disimpulkan bahwa melempar adalah suatu gerakan yang sifatnya menyalurkan tenaga pada suatu benda yang bertujuan untuk membuang jauh, memindahkan suatu benda ke arah depan atau atas.

Setiap permainan memiliki teknik dasar yang harus dikuasai agar dapat memainkan permainan tersebut dengan baik dan lancar. Begitu juga dalam permainan kasti memiliki teknik dasar yang harus dikuasai. Teknik dasar dalam permainan kasti salah satunya adalah teknik melempar bola, teknik melempar bola kasti berdasarkan tujuannya dibedakan menjadi tiga

yaitu lemparan untuk operan (passing), melempar kepada pemukul (melambungkan bola), dan lemparan kearah badan pelari (sasaran).

Menurut Imam Soejoedi (1979:134), cara melempar bola ada 3 macam, yaitu : melambung, mendatar dan menyusur tanah yang penjabarannya adalah sebagai berikut:

1) Lemparan Bola Melambung

Lemparan melambung dilahirkan pada saat pemain yang bertugas sebagai pelambung memberikan bola kepada pemukul. Cara melakukan lemparan melambung adalah bola dipegang dengan tangan kanan (tangan kiri jika kidal), dengan pandangan kearah sasaran. Sikap badan condong ke belakang dengan tangan kanan berada di belakang atas kepala. Ayunkan bola dari belakang menuju ke depan atas. Gerakan diakhiri dengan lecutan tangan dan jari-jari tangan.

Hal yang perlu diperhatikan, bahwa lemparan melambung bukan berarti lemparan yang tinggi ke atas melainkan lemparan yang semakin dekat dengan sasaran kecepatan bola semakin lambat. Diusahakan agar lengkungan bola (parabol) sekecil mungkin.



Gambar 3. Melempar bola melambung
Sumber : Tim Abdi Guru (2007:58)

2) Lemparan Bola Mendatar atau Lurus

Dalam permainan kasti, lemparan mendatar dilakukan saat melakukan operan kepada kawan dan juga untuk mematikan lawan. Teknik dalam melakukan lemparan mendatarhampir sama dengan lemparan melambung. Yang membedakan adalah pada waktu melempar bola berada didepan sedangkan pada lemparan melambung arah lemparan ke depan atas. Dibanding dengan lemparan melambung, lemparan datar jalannya bola lebih cepat tetapi arah bola kesasaran lebih sulit.



Gambar 4. Melempar bola mendatar atau lurus
Sumber : Tim Abdi Guru (2007:58)

3) Lemparan Bola Menyusur Tanah atau Rendah

Prinsip melakukan lemparan rendah adalah ayunkan bola dari atas menuju depan bawah hingga meluncur setinggi lutut penerima. Setiap lemparan dalam permainan kasti memiliki tujuan yang berbeda-beda. Dapat sebagai operan, pelambung sebelum dipukul dan juga untuk mematikan lawan. Pada prinsipnya perbedaan saat melakukan lemparan hanya pada saat pelepasan bola. Pada lemparan melambung arah pelepasan bola yaitu kearah depan atas, sedangkan lemparan datar pelepasan bola kearah depan dan lemparan rendah pelepasan bola pada arah depan bawah.



Gambar 5. Lemparan bola menyusur tanah
Sumber : Tim Abdi Guru (2007:58)

Pendapat senada juga dikemukakan oleh Tri Hananto Budi Santoso, dkk (2006:61), yang menyatakan bahwa teknik melempar bola kasti terdiri dari gerakan melempar bola rendah, melempar bola datar, dan melempar bola lambung yang penjabarannya adalah sebagai berikut:

a) Melempar Bola Rendah

Bola dipegang dengan tangan kanan atau kiri. Ayunan tangan yang memegang bola, dari belakang kedepan sambil melepaskan bola. Posisi badan tegak, pandangan lurus ke depan. Posisi kaki disesuaikan dengan tangan yang memegang bola tadi. Jika tangan kanan yang melempar, posisi kaki kiri berada di depan agar bola dapat diarahkan dengan sempurna.

b) Melempar Bola Datar

Tangan yang memegang bola berada di samping pinggang. Posisi telapak tangan yang memegang bola menghadap kedepan, kemudian lemparan lurus ke arah yang dituju dengan posisi kaki terbuka dan badan agak miring.

c) Melempar Bola Lambung atau Tinggi

Posisi tangan yang memegang bola berada di samping kepala dan ditekuk menghadap ke depan. Ayunan tangan yang memegang bola dari arah belakang kepala. Lepas tangan lurus ke depan. Posisi kaki disesuaikan dengan tangan yang melempar agar mendapat lemparan yang sempurna.

Jadi kesimpulan dalam teknik melempar bola kasti terdiri dari beberapa macam teknik, teknik melempar bola kasti melambung adalah bola dipegang dengan tangan kanan (tangan kiri jika kidal), dengan

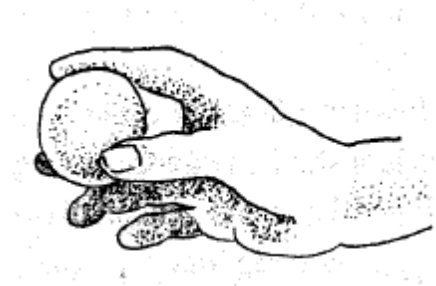
pandangan ke arah sasaran, sikap badan condong ke belakang dengan tangan kanan berada di belakang atas kepala, ayunan bola dari belakang menuju ke depan atas, gerakan diakhiri dengan lecutan tangan dan jari-jari tangan. Teknik dalam melakukan lemparan mendatar hampir sama dengan lemparan melambung, bedanya adalah pada waktu melempar bola berada didepan sedangkan pada lemparan melambung arah lemparan ke depan atas. Lemparan rendah adalah ayunan bola dari atas menuju depan bawah hingga meluncur setinggi lutut penerima. Kemampuan melempar bola kasti tidak didapat dengan cara instan melainkan memerlukan latihan yang teratur. Kebiasaan sehari-hari dapat melatih kemampuan otot lengan. Mengangkat barang, mencangkul sawah, menyabit rumput adalah aktivitas yang dapat melatih kemampuan otot lengan. Otot lengan adalah penunjang dalam melakukan gerakan melempar. Sehingga diperlukan kemampuan otot yang baik sehingga hasil lemparan yang maksimal, yang dimaksud kemampuan melempar dalam penelitian ini adalah kesanggupan atau keterampilan yang dimiliki setiap individu untuk menyalurkan tenaga ke suatu benda yang menghasilkan daya atau kekuatan ke depan atau atas.

Faktor-faktor yang mempengaruhi hasil lemparan menurut Srihati Waryati, dkk (1996:110-111) :

a) Cara memegang bola

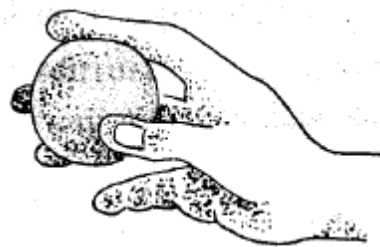
Dalam memegang bola, anak-anak mempunyai kebiasaan dengan menggenggam bola, padahal cara ini sangat merugikan karena bola yang digenggam sukar untuk segera

dilepaskan. Cara memegang bola yang benar adalah menggunakan tiga jari atau dengan empat jari. Pegangan dengan tiga jari caranya ialah bola diletakkan pada pangkal-pangkal ruas jari tangan yaitu jari tengah, jari telunjuk dan ibu jari sedangkan jari kelingking hanya melekat secara wajar pada bola. Ketiga jari tersebut di atas agak merenggang.



Gambar 6. Memegang bola dengan tiga jari
Sumber : Srihati Waryati, dkk (1996:110)

Pegangan dengan empat jari lebih mudah dilakukan oleh anak-anak, caranya ialah bola diletakkan pada pangkal ruas jari telunjuk, jari tengah dan jari manis, sedangkan ketiga jari tersebut bersama-sama dengan ibu jari memegang bola dan jari kelingking hanya melekat di bawah jari manis. Keempat jari yang memegang bola saling merenggang dan diantara bola dan telapak tangan masih ada rongga.



Gambar 7. Memegang bola dengan empat jari
Sumber : Srihati Waryati, dkk (1996:110)

b) Sikap permulaan

Berdiri menghadap kearah sasaran yang akan dilempar dengan kedua kaki kangkang muka belakang dan kaki kiri berada di depan kaki kanan dengan jarak 1,5–2 panjang kaki. Berat badan berada di kedua kaki. Ujung jari kaki kiri dan pandangan mata menghadap kearah lemparan, sedangkan ujung jari kaki kanan menghadap ke kanan

disertai badan miring ke arah kanan. Semua otot-otot rileks (kendor).



Gambar 8. Sikap permulaan melempar
Sumber : Srihati Waryati, dkk (1996:110)

c) Gerakan pertama

Tangan kanan yang memegang bola dijulurkan ke belakang dengan badan condong ke belakang, sehingga berat badan berada di kaki kanan dengan sedikit menekuk kedua lutut. Kaki kiri yang berada di depan pasif, ujung kaki menyentuh tanah dan pandangan tetap ke arah sasaran dengan mengacungkan tangan kiri ke depan.



Gambar 9. Gerakan pertama melempar
Sumber : Srihati Waryati, dkk (1996:110)

d) Gerakan kedua

Tangan kanan mengayun ke depan dengan kuat, lutut kaki kanan diluruskan bersamaan dengan badan dan pinggang diputar menuju ke arah sasaran. Berat badan dari kaki kanan dipindahkan ke kaki kiri dan untuk membantu gerakan, bagian badan sebelah kiri ditarik ke belakang.



Gambar 10. Gerakan kedua melempar
Sumber : Srihati Waryati, dkk (1996:111)

e) Gerakan terakhir

Setelah lengan diayun ke depan, bola dilepaskan dengan diikuti pergelangan tangan kemudian diteruskan dengan gerak lanjutan kaki kanan melangkah ke depan di muka kaki kiri dan berat badan berada di kaki kanan, sedangkan lutut kaki kiri lurus dengan ujung jari di tanah. Pandangan tetap ke arah sasaran yaitu teman yang diberi operan bola.



Gambar 11. Gerakan terakhir melempar
Sumber : Srihati Waryati, dkk (1996:111)

6. Hakikat dan Teknik Menangkap Bola Kasti

Menangkap bola menurut Margiyani (2008: 5), merupakan suatu usaha yang dilakukan oleh regu penjaga agar dapat menguasai bola dengan menggunakan tangan dari hasil pukulan lawan atau lemparan teman. Menangkap bola dalam permainan kasti merupakan teknik yang harus dikuasai pemain regu lapangan, terutama untuk memperoleh nilai

“tangkap bola” dari pukulan lawan. Menangkap bola dalam permainan kasti dapat dilakukan: dari lemparan teman, dari pukulan regu pemukul, dan bagi pemain penangkap belakang yang berada di belakang pemukul.

Berdasarkan tinggi-rendahnya bola menurut Srihati Waryati, dkk(1996:113-117), teknik menangkap bola dibedakan menjadi:

a. Menangkap bola melambung tinggi

Badan menghadap kearah datangnya bola dengan kedua kaki kangkang, kedua lutut sedikit ditekuk dan pandangan kearah bola. Kedua lengan kiri dan kanan sejajar dijulurkan kearah depan diatas kepala, arah datangnya bola. Posisi kedua telapak tangan rapat ujung ibu jari kiri, ujung jari kelingking tangan kiri rapatdengan ujung jari tangan kanan, sedang jari-jari yang lain diregangkan dan menunjuk kearah atas, sehingga kedua tangan membentuk mangkuk. Pada waktu bola menyentuh tangan, semua jari ditutup kedua tangan segera ditarik ke belakang, gerakan terakhir kaki kiridipindahkan ke depan sudah dalam keadaan siap melempar.

b. Menangkap bola mendatar (setinggi dada)

Sikap permulaan seperti pada menangkap bola melambung tinggi, selanjutnya kedua lengan sejajar dijulurkan di depan dada kearah datangnya bola. Posisi pangkal telapak tangan rapat, ujung ibu jari kanan dan kiri rapat, ujung kelingking tangan kanan serta kiri, sedangkan jari-jari yang lain diregangkan dengan kedua tangan membentuk mangkuk menunjuk datar kearah datangnya bola. Pada

waktu menyentuh bola semua jari tangan dirapatkan dan segera ditarik hingga depan dada mengikuti arah jalannya bola.

c. Menangkap bola rendah

Sikapnya seperti permulaan ketika akan menangkap bola melambung tinggi tetapi kedua lutut ditekuk lebih rendah. Kedua lengan sejajar dijulurkan lurus ke depan bawah menghadap ke arah datangnya bola. Kedua telapak tangan terbuka dirapatkan hingga kelingking tangan kiri dan kanan rapat. Pada waktu bola menyentuh tangan, semua jari ditutup, kedua tangan segera sedikit ditarik ke belakang bawah mengikuti arah jalannya bola.

d. Menangkap bola bergulir di tanah

Sikap permulaan badan menghadap ke arah datangnya bola, dapat bersikap kedua lutut rapat menyentuh tanah, sikap kaki kiri jongkok kaki kanan berlutut menyentuh tanah secara rapat, sikap berdiri badan dibongkokkan ke depan bawah. Kedua tangan sejajar dijulurkan lurus kedepan bawah menghadap ke arah datangnya bola. Kedua telapak tangan terbuka, sedangkan kedua jari kelingking rapat dan posisi jari yang lain agak merenggang serta sedikit ditekuk ke depan sehingga semua ujung jari menyentuh tanah. Pada waktu bola menyentuh tangan, semua jari ditutup kedua tangan segera ditarik kedepan.

e. Menangkap bola di samping badan

Apabila bola datangnya melambung di sebelah kanan atau kiri badan, maka cara menangkap bola dapat dilakukan dengan

menjulurkan kedua tangan kesamping kanan atau kiri badan, dengan ibu jari saling bersentuhan dan jari-jari agak merenggang serta telapak tangan menghadap kearah datangnya bola.

f. Menangkap bola bagi pemain penjaga belakang

Berdiri menghadap kearah pelambung dengan kedua kaki kangkang kesamping, kedua lutut ditekuk, badan sedikit membungkuk kedepan. Kedua lengan dijulurkan kearah depan tingginya sesuai dengan permintaan pemukul.

Sedangkan menurut Tri Hananto Budi Santoso, dkk (2006:61), cara menangkap bola dari berbagai arah dalam permainan kasti perlu dikuasai oleh pemain yaitu:

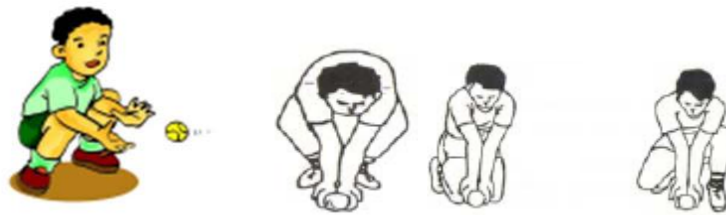
- 1) Menangkap bola rendah dari arah depan
Posisi badan agak membungkuk, kedua kaki terbuka sejajar, sedangkan kedua tangan menggantung berada di depan kaki. Pandangan lurus ke depan. Usahakan setiap tangkapan bola menggunakan kedua tangan.
- 2) Menangkap bola datar/bergulir dari arah depan
Berdiri membungkuk, menghadap datangnya arah bola, kedua tangan diturunkan ke tanah hampir menyentuh tanah untuk menangkap bola, setelah menangkap bola kedua telapak tangan, bola ditarik ke belakang dan sikap berdiri.
- 3) Menangkap bola lambung dari arah depan
Posisi badan tegak dengan kedua kaki terbuka. Pandangan lurus ke depan. Pada waktu bola datang, segera ditangkap dengan kedua tangan. Pandangan ke arah bola. Posisi kedua tangan pada waktu menangkap bola berada di depan muka agak ke atas.

Jadi kesimpulan dari beberapa pendapat tersebut mengenai teknik menangkap bola kasti terdiri dari menangkap bola melambung tinggi, menangkap bola mendatar (setinggi dada), menangkap bola rendah, menangkap bola bergulir di tanah, menangkap bola di samping badan,

serta menangkap bola bagi pemain penjaga belakang. Menangkap bola kasti merupakan suatu usaha yang dilakukan oleh regu penjaga agar dapat menguasai bola dengan menggunakan tangan dari hasil pukulan lawan atau lemparan teman. Cara menangkap bola kasti adalah posisi badan agak membungkuk jika bolanya datar ataupun menyusur tanah dan badan tegak jika bola datangnya melambung, kedua kaki terbuka sejajar, pandangan kearah bola kasti, sedangkan kedua tangan menyongsong datangnya bola dengan posisi kedua tangan jika bola mendarat kedua tangan menggantung berada di depan kaki. Bola kasti yang menyusur tanah posisi kedua tangan diturunkan ke tanah hampir menyentuh tanah untuk menangkap bola kasti sedangkan menangkap bola kasti yang arah datangnya melambung posisi kedua tangan pada waktu menangkap bola berada di depan muka agak ke atas yang semua teknik tersebut harus dikuasai oleh para pemain kasti dengan harus melalui latihan yang rutin.



(a) Menangkap bola mendatar (b) Menangkap bola melambung



(c) menangkap bola menyusur tanah

Gambar 12. Posisi Tubuh dan Tangan saat Menangkap bola
Sumber : Srihati Waryati, dkk (1996:114)

Selanjutnyamenurut Srihati Waryati, dkk (1996:114), posisi telapak tangan dalam menangkap bola ada 3 macam, yaitu:

- (a) Membentuk kantong: kedua pangkal telapak tangan dan ibu jari saling berdekatan, sedangkan jari-jari yang lain agak renggang. Kedua lengan sedikit diputar ke kiri sehingga tangan kanan berada di atas
- (b) Seperti cara a tersebut, namun posisi telapak tangan tidak perlu diputar ke kiri, sedangkan ibu jari benar-benar berada di atas
- (c) Posisi telapak tangan seperti mensetup bola dalam permainan bola voli. Kedua telapak tangan hampir seluruhnya menghadap ke arah datangnya bola, sedangkan kedua sisi ibu jari dan kedua jari telunjuk saling berdekatan.



Gambar 13. Posisi telapak tangan pada saat menangkap bola
Sumber : Srihati Waryati, dkk (1996:114)

7. Hakikat dan Teknik Memukul Bola Kasti

Memukul bola kasti adalah salah satu teknik dalam permainan kasti yang dilakukan oleh regu pemukul/ penyerang dengan melakukan pukulan terhadap bola yang dilemparkan oleh pelambung. Tujuannya adalah untuk menyelamatkan dirinya atau pelari lain untuk mencapai tiang hinggap. Dalam permainan kasti, teknik memukul merupakan unsur yang sangat penting bagi regu pemukul, karena dengan pukulan yang benar dan terarah merupakan modal utama dalam memperoleh nilai. Seringkali kemenangan dalam suatu pertandingan ditentukan oleh kemahiran anak dalam memukul bola. Pada teknik memukul terdapat satu gerakan yang kompleks, karena didalamnya diperlukan koordinasi dan pengamatan, pengambilan keputusan untuk memukul, kecepatan, dan kekuatan untuk memukul lemparan pelambung dengan kecepatan yang belum diketahui (Housewart dan Rivkin 1985 dalam Abdul Rojak, 2011:15). Agar anak-anak dapat memukul bola kasti dengan baik, maka teknik memukul ini harus diberikan secara mendasar dan dimulai dengan cara memegang tongkat pemukul, kemudian dilanjutkan dengan gerakan memukul. Latihan memukul bola bisa dilakukan secara berpasangan. Satu orang sebagai pelempar dan yang lain sebagai pemukul. Memukul bola dapat dilakukan dengan cara memukul bola bawah, mendatar, dan melambung (Deni Kurniasi & Suro Prapanca, 2010:6).

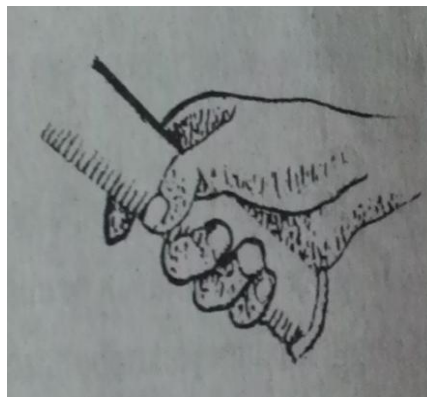
Sedangkan posisi kaki pada waktu memukul bola kasti adalah sangat menentukan terhadap arah pemukul bola kasti. Kesalahan yang

sering dilakukan pada saat memukul bola kasti ialah pemukul kurang tenang, kurang memperhatikan posisi regu lapangan dan tergesa-gesa memukul bola yang dilambungkan kepadanya. Ia seharusnya benar-benar melihat bola yang dilambungkan dari pelambung dan berusaha memukul ke arah lapangan yang tidak ada penjaganya, agar dapat memberi kesempatan kepada teman yang berada ditiang pertolongan untuk dapat lari menuju kesalah satu tiang bebas, juga kepada temannya yang berada ditiang bebas agar dapat kembali ke ruang bebas.

Menurut buku Srihati Waryati, dkk(1996: 118-119), ada beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam teknik memukul bola kasti yaitu :

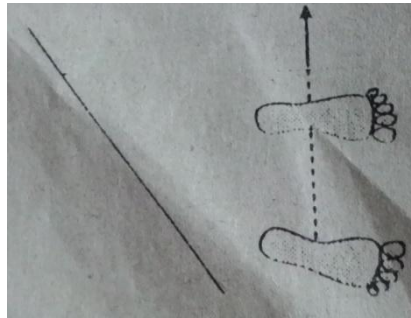
a. Cara memegang tongkat pemukul

Tongkat pemukul dipegang pada bagian yang telah disediakan yaitu ujung yang kecil dan ada lekukan-lekukan tempat jari-jari, sikap tangan seperti pada saat berjabat tangan. Posisi ketiga jari yaitu jari tengah, manis, dan kelingking saling berdekatan atau merapat, sedangkan jari telunjuk agak jauh dan ibu jari berada di atas secara wajar. Untuk mengarahkan bola perlu memperhatikan posisi kaki saat memukul bola kasti.



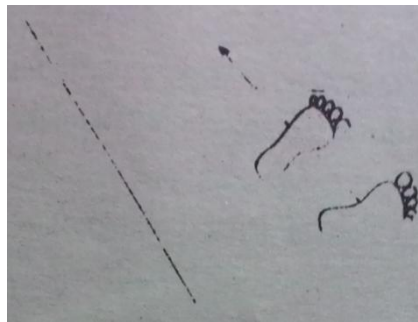
Gambar 14. Posisi tangan memegang tongkat pemukul
Sumber : Srihati Waryati, dkk (1996: 118)

b. Posisi kaki saat memukul bola kasti



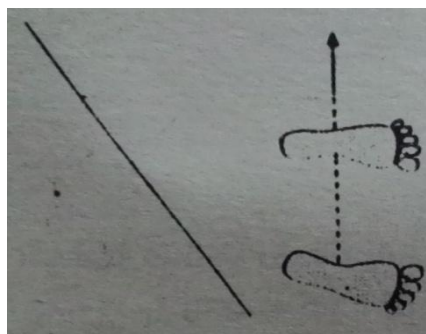
Gambar 15. Posisi kaki untuk memukul bola ke arah tengahlapangan.

Sumber : Srihati Waryati, dkk (1996: 118)



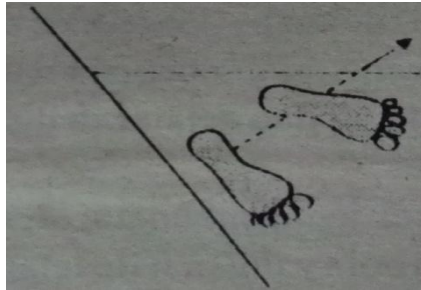
Gambar 16. Posisi kaki untuk memukul bola ke arah bendera batas separuh lapangan yang berada disebelah kiri dan daerah sekitarnya.

Sumber : Srihati Waryati, dkk (1996: 118)



Gambar 17. Posisi kaki untuk memukul bola ke samping kiri ke arah tiang pertolongan.

Sumber : Srihati Waryati, dkk (1996: 119)



Gambar 18. Posisi kaki untuk memukul bola ke arah antara ruang bebas dan bendera batas separuh lapangan yang berada disebelah kanan.

Sumber : Srihati Waryati, dkk (1996: 119)

Teknik memukul bola kasti menurut Tri Hananto Budi Santoso (2006:62), terdiri atas teknik pukulan lurus, teknik pukulan atas atau melambung, dan teknik pukulan samping yang penjabarannya adalah sebagai berikut:

a) Pukulan Lurus

Posisi badan menghadap pelambung, memegang pemukul harus kuat agar tidak terlepas dan posisi kaki agak terbuka. Sebelum memukul bola, minta pada pelambung agar bola datang lurus, mengarah ke dada, dan tidak terlalu cepat. Untuk menghasilkan pukulan yang keras, ayunan tangan diikuti gerakan badan. Posisi kaki disesuaikan dengan gerakan tangan, misalnya bila tangan kanan memukul maka posisi kaki kiri di depan.

b) Pukulan Atas atau Lambung

Posisi badan tegak dengan kedua kaki terbuka. Tangan yang memegang pemukul mengayun dari bawah ke atas. Pandangan agak ke atas ke arah bola yang akan dipukul. Tangan menggenggam pemukul

dengan baik. Posisi kaki sama dengan posisi kaki pada teknik pukulan lurus

c) Pukulan samping

Pukulan ini agak berbeda karena posisi badan agak miring atau menyamping. Kedua kaki terbuka sama seperti pada pukulan atas. Misalnya, memukul dengan tangan kanan, posisi kaki kanan berada di depan, kemudian pukul sekuatnya dengan arah menyamping.

Menurut Srihati Waryati, dkk (1996:119-120), pukulan dalam permainan kasti dibedakan menjadi tiga yaitu:

- a) Pukulan melambung jauh, sikap permulaan berdiri menghadap ke arah pelambung dengan kaki kangkang secukupnya, kaki kiri agak ke depan dan lutut kaki kanan agak ditekuk, sedangkan berat badan condong ke belakang. Tangan kanan memegang kayu pemukul pada ujung bagian pegangan, kemudian kayu pemukul diluruskan serong ke bawah sehingga membentuk sudut 45° dengan garis datar. Tangan kiri dijulurkan kedepan sesuai dengan ketinggian lambungan yang diminta. Gerakannya, kayu pemukul diayunkan dari bawah serong ke atas dan diusahakan perkenaan bola tepat pada ujung kayu pemukul, agar ayunan pukulan sepanjang mungkin dan jalannya bola setelah kena kayu, pemukul membentuk sudut 45° . Dengan demikian bola dapat melambung jauh.
- b) Pukulan mendatar, sikap permulaan kaki kangkang, lutut kaki kanan sedikit ditekuk dan berat badan dikaki kanan. Kayu pemukul dipegang tangan kanan (bagi yang tidak kidal) dengan siku sedikit ditekuk dan dibawa ke belakang sejajar dengan bahu. Tangan kiri julurkan kedepan sejajar dengan bahu. Gerakannya kayu pemukul diayun mendatar dengan cepat untuk memukul bola yang saat itu telah mencapai titik permintaan lambungan. Pukulan kearah tengah, kekiri atau kekanan dapat dilakukan dengan memindahkan posisi kaki.
- c) Pukulan merendah, sikap permulaan sama dengan pukulan mendatar tetapi letak kayu pemukul lebih tinggi yaitu setinggi kepala. Tangan kiri dijulurkan kedepan setinggi bahu. Gerakannya pada saat bola mencapai ketinggian lambungan yang diminta oleh pemukul, maka dengan cepat tangan kanan yang memegang kayu pemukul diayunkan untuk memukul bola

tersebut. Pukulan merendah dapat dilakukan ke arah tengah, ke kiri maupun ke kanan dengan merubah posisi kaki.

Jadi dari beberapa pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa macam-macam pukulan permainan kasti terdiri atas teknik pukulan lurus, teknik pukulan atas atau melambung, dan teknik pukulan samping. Teknik memukul bola kasti adalah posisi kaki pemukul selebar bahu, lutut sedikit bengkok sehingga badan turun, badan sedikit bungkuk dan rileks, dan posisi kepala serta pandangan ke arah pelambung, memegang pemukul kasti seperti orang bersalaman, semua jari dan memegang alat pemukul dengan erat dan rileks, bagi pemain yang memukul dengan tangan kanan, tangan kiri menjulur kedepan untuk meminta seberapa tinggi bola kastinya, atau sebaliknya bagi yang kidal. Ayunan tangan dilakukan dengan menggerakkan alat pemukul ke arah bola ke depan.



(a) Sikap memukul mendatar (b) Sikap memukul melambung



(c) Sikap memukul menggelinding

Gambar 19. Arah Ayunan saat Memukul Bola
Sumber : Srihati Waryati, dkk(1996:119-120)

8. Karakteristik Siswa Sekolah Dasar

Usia sekolah dasar merupakan masa-masa yang sangat menentukan di dalam kemungkinan pencapaian pertumbuhan dan perkembangan yang baik di masa depannya. Karakter menurut Puerwadarminta adalah watak, tabiat atau sifat-sifat kejiwaan, sedang menurut IR Pedjawijatna dalam M. Karso (2014), mengemukakan karakter atau watak adalah seluruh atau yang ternyata dalam tindakannya (insani). Dengan beberapa pengertian tersebut dapat penulis katakan bahwa karakteristik siswa adalah merupakan semua watak yang nyata dan timbul dalam suatu tindakan siswa dalam kehidupannya setiap saat.

Menurut Darmodjo (1992) yang dikutip oleh M. Karso (2014), anak usia sekolah dasar adalah anak yang sedang mengalami pertumbuhan baik pertumbuhan intelektual, emosional maupun pertumbuhan badaniyah, dimana kecepatan pertumbuhan anak pada masing-masing aspek tersebut tidak sama, sehingga terjadi berbagai variasi tingkat pertumbuhan dari ketiga aspek tersebut. Sedangkan menurut Thornburg (1984) yang juga dikutip oleh M. Karso (2004), anak sekolah dasar merupakan individu yang sedang berkembang, barang kali tidak perlu lagi diragukan keberaniannya. Setiap anak sekolah dasar sedang berada dalam perubahan fisik maupun mental mengarah yang lebih baik. Tingkah laku mereka dalam menghadapi lingkungan sosial maupun non sosial meningkat.

Jadi Pentingnya pertumbuhan fisik dan perkembangan gerak yang baik tersebut perlu benar-benar disadari oleh guru pendidikan jasmani di sekolah

dasar, karena pada usia anak sekolah dasar pertumbuhan akan tetap berlangsung. Anak menjadi lebih tinggi, lebih berat, lebih kuat, dan lebih banyak belajar berbagai keterampilan.

Menurut Siti Rahayu (2006:176), karakteristik anak usia sekolah dasar dilihat dari perkembangan jasmani dan psikomotorik adalah sebagai berikut:

a. Perkembangan Jasmani

- 1) Kadaan jasmani anak menjadi lebih stabil dan lebih kuat.
- 2) Kekuatan badan dan tangan pada anak laki-laki bertambah dengan pesat.
- 3) Pada umumnya ada hubungan yang tetap dalam perkembangan tulang dan jaringan.
- 4) Sampai umur 12 tahun anak akan bertambah panjang 1-6 cm tiap tahunnya.
- 5) Pada umur 10 tahun anak laki-laki agak lebih besar sedikit daripada anak perempuan, sesudah itu maka anak perempuan lebih unggul dalam panjang badan, tetapi sesudah \pm 15 tahun anak laki-laki mengujanya dan tetap unggul dari pada anak perempuan.

b. Perkembangan Psikomotorik

- 1) Keseimbangan relatif berkembang dengan baik.
- 2) Koordinasi antara mata dengan tangan (visio-motorik) berkembang dengan baik.
- 3) Ada perubahan dalam sifat dan frekuensi motorik kasar dan halus.
- 4) Kecakapan motorik makin disesuaikan dengan keleluasaan lingkungan.
- 5) Gerakan motorik lebih tergantung dari pada aturan formal dan aturan yang telah ditentukan dan bersifat kurang spontan.

Anak-anak sekolah dasar pada umumnya berumur antara 6 sampai 12 tahun. Menurut Anarino dan Cowell yang dikutip oleh Sukintaka (1992:59-62), Sehubungan dengan kegemaran terhadap permainan, tingkat umur pendidikan Sekolah Dasar dibagi dalam tiga kelompok, ialah :

- a. Kelompok umur pendidikan pertama antara 6 sampai 8 tahun.

- b. Kelompok umur pendidikan kedua antara 8 sampai 10 tahun.
- c. Kelompok umur pendidikan ketiga antara 10 sampai 12 tahun.

Kelompok-kelompok umur ini di Indonesia diperkirakan bahwa untuk kelompok umur pertama, anak duduk di kelas I dan II, untuk kelompok kedua duduk di kelas III dan IV sedang kelompok umur ketiga anak duduk di kelas V dan VI. Tiap kelompok umur pendidikan itu mempunyai sifatnya masing-masing sesuai dengan perkembangan dan pertumbuhannya.

Selanjutnya penulis melakukan penelitiannya dengan subjek siswa kelas IV dan V, maka dari itu akan dijelaskan sifat dan karakteristik anak kelas IV dan V. Sifat anak kelas IV Sekolah Dasar yaitu kelompok umur kedua (8 sampai 10 tahun). Menurut Sukintaka (1992:60-62), keadaan jasmani anak pada tingkat umur ini lebih besar dan lebih kuat, serta mempunyai keaktifan kejiwaan yang kuat. Tingkat umur ini termasuk tingkat perkembangan pra-pubertas yang dengan teratur sedikit demi sedikit berubah sampai pada pendirian yang realitis dan meninggalkan dunia fantasinya. Dalam bermain terlihat akan mentaati permainan, peraturan permainan harus dilaksanakan dengan sungguh-sungguh dan dipegang teguh. Permainan beregu sangat menonjol, tetapi mentaati peraturan permainan tetap penting. Dalam bermain yang terpenting bukan siapa pesertanya, tetapi hubungan bersamanya, pendiriannya obyektif, menghendaki sedikit berprestasi, tidak lagi begitu kekanak-kanakan dalam tingkah lakunya, prestasi merupakan tanda dari tingkat umur ini, tetapi bukan hanya prestasi olahraga dan jasmani, melainkan juga kecakapan,

penguasaan, akal budi, kecerdasan dan harga diri. Sedangkan sifat anak kelas V Sekolah Dasar yaitu kelompok umur ketiga (10 sampai 12 tahun). Meskipun sifat realistis pada anak tingkat umur ini sangat sedikit perubahannya namun dapat dikatakan bahwa mereka telah menjadi lebih bersifat kritis, terutama terhadap prestasi dan kemampuan berprestasi. Hal ini akan terlihat di dalam permainan lari dan tangkap.

Dari hasil prestasinya dapat ditentukan bahwa pertumbuhan anak-anak putera lebih kuat, dalam hal ini guru hendaknya membedakan latihan-latihan untuk putra dan putri. Meskipun pertumbuhan kedua jenis sangat kuat namun janganlah sangat dituntut akan kekuatan dan keuletan, hendaknya dipertimbangkan juga unsur-unsur pendidikan yang berguna bagi perkembangannya.

Permainan banyak artinya dalam pendidikan ini diajarkan disini tidak hanya berpengaruh kepada kegembiraan dan bergerak saja tetapi berpengaruh kuat juga kepada ketangkasan, keterampilan, dan kesiapan diri. Penambahan perkembangan jiwanya akan mendapat dorongan kuat dari permainan beregu dalam bentuk yang lebih sulit atau kompleks, terutama sekali pada bagian akibat dari kelompok tingkatan umur.

Dapat disimpulkan bahwa karakteristik siswa pada usia sekolah dasar yaitu umur 6-12 tahun seorang anak akan lebih banyak bergerak dan bermain dengan temannya. Untuk itu pembelajaran olahraga yang sesuai adalah permainan. Adapun olahraga permainan antara lain terdiri dari : kasti, kippers, rounders, sepakbola, gobag sodor, dan lain-lain. Yang perlu

diperhatikan adalah jangan menekankan pada peraturan permainan yang sebenarnya, cukup dengan peraturan yang sederhana. Dengan peraturan yang sederhana diharapkan gerak anak lebih optimal.

B. Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan sangat dibutuhkan dalam mendukung kajian teoritik yang dikemukakan, sehingga dapat dipergunakan sebagai suatu landasan dalam penelitian. Penelitian yang terdahulu yang sehubungan dengan penelitian ini adalah :

1. Penelitian yang dilakukan oleh Sri Murtiningsih (2013), yang berjudul :
“Usaha Peningkatan Pembelajaran Permainan Kasti dengan Menggunakan Bola Modifikasi Pada Siswa Putra Kelas V SD Negeri Gejagan Kecamatan Pakis Kabupaten Magelang”. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar dalam pembelajaran permainan kasti dengan menggunakan modifikasi bola kertas. Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK). Subjek dalam penelitian ini siswa kelas V SD Negeri Gejagan sejumlah 28 siswa. Instrumen penelitian yang digunakan adalah observasi dan dokumentasi. Metode yang digunakan mengumpulkan data menggunakan analisis deskriptif. Hasilnya yaitu siswa putra yang tingkat kemampuan melempar dengan kategori baik sekali adalah sebanyak 0 (0%), baik 10 (40%), cukup 8 (32%), kurang 5 (20%), dan kurang sekali 2 (8%). Kemampuan menangkap bola kasti siswa putra, kategori baik sekali adalah sebanyak 1 (4%), baik 9 (36%), cukup 7 (28%), kurang 7 (28%), dan kurang sekali 1 (4%). Tingkat kemampuan memukul dengan kategori

baik sekali adalah sebanyak 1 (4%), baik 5 (20%), cukup 12 (48%), kurang 4 (16%), dan kurang sekali 3 (12%).

2. Penelitian oleh Yitno (2013), yang berjudul : “Tingkat Kecakapan Melempar, Menangkap, dan Memukul Bola Kasti Siswa Putra Kelas IV dan V SD Negeri Tegalsari Kecamatan Candimulyo Kabupaten Magelang” Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat kecakapan melempar, menangkap dan memukul bola kastisiswa putra kelas IV dan V SD Negeri Tegalsari, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif yang dituangkan dalam persentase. Subjek dalam penelitian ini siswa putra kelas IV dan V SD Negeri Tegalsari, Kecamatan Candimulyo, Kabupaten Magelang sejumlah 25 siswa. Instrumen penelitian yang digunakan adalah tes melempar, menangkap, dan memukul bola kasti modifikasi tes *rounders* dari R.Sunardianta. Metode yang digunakan mengumpulkan data menggunakan tes dan pengukuran. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Tingkat Kecakapan melempar bola kasti siswa putra dengan kategori baik sekali 0 (0%), baik 10 (40%), cukup 8 (32%), kurang 5 (20%), kurang sekali 2 (8%). Tingkat Kecakapan menangkap bola kasti siswa putra, kategori baik sekali 1 (4%), baik 9 (36%), cukup 7 (28%), kurang 7 (28%), dan kurang sekali 1 (4%). Tingkat Kecakapan memukul bola kasti siswa putra dengan kategori baik sekali 1 (4%), baik 5 (20%), cukup 12(48%), kurang 4 (16%), dan kurang sekali 4 (16%).

C. Kerangka Berpikir

Pendidikan jasmani yang diajarkan di Sekolah Dasar memiliki peranan yang sangat penting, karena sebagai suatu proses pembinaan anak sejak usia dini, yaitu memberi kesempatan kepada anak untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih dilakukan secara sistematis. Pendidikan jasmani di Sekolah Dasar berisi materi-materi yang dapat dikelompokkan menjadi aktivitas pengembangan, aktivitas senam, aktivitas ritmik, akuatik, uji diri, pendidikan luar kelas, permainan dan olahraga. Sesuai dengan kurikulum pendidikan jasmani SD, permainan kasti merupakan salah satu cabang olahraga permainan bola kecil yang diajarkan pada siswa kelas IV dan kelas V Sekolah Dasar. Oleh karena itu guru pendidikan jasmani perlu mengajarkan teknik-teknik dasar bermain kasti yang benar. Teknik-teknik dasar bermain kasti tersebut, diantaranya terdiri dari: melempar bola, menangkap bola, memukul bola, berbagai variasi lari untuk menyelamatkan diri dari lemparan bola lawan. Dalam permainan kasti teknik dasar seperti melempar, menangkap, dan memukul bola sangat penting. Dengan menguasai teknik-teknik tersebut pemain kasti dapat melakukan lemparan tepat sasaran entah itu untuk mematikan lawan ataupun melempar bola kepada teman. Teknik dasar berikutnya adalah menangkap bola, dengan kemampuan menangkap bola yang baik akan mempersulit regu pemukul untuk menuju atau kembali dari tiang hinggap, ditambah lagi apabila regu penjaga mampu menangkap bola sebanyak 3 kali maka akan terjadi pertukaran bebas. Begitu juga teknik dasar

memukul sangat berpengaruh untuk mendapatkan poin ataupun membebaskan teman yang masih berada di tiang hinggap. Jika pemukul mampu memukul bola dengan benar dan keras alhasil bola melambung jauh dan susah ditangkap oleh regu penjaga. Maka dari itu seorang pemain kasti harus mampu mengasai teknik-teknik tersebut agar mendapatkan hasil maksimal.

Akan tetapi pada saat peneliti melaksanakan observasi di SD Negeri Carikan dan mengamati permainan kasti siswa-siswikelas IV dan V SD Negeri Carikan, masih banyak siswa yang belum menguasai teknik-teknik dasar permainan kasti, misalnya pada saat bermain kasti, ada siswa yang memiliki keterampilan yang baik/ merata di teknik melampar, menangkap dan memukul, tetapi ada juga siswa yang hanya bagus pada teknik tertentu saja dan teknik yang lain masih kurang baik, jadi kemampuan siswanya bervariasi dalam bermain kasti. Melihat kenyataan seperti demikian yang menunjukkan kemampuan siswa yang bervariasi dalam keterampilan dasar bermain bola kasti, maka oleh sebab itu perlu dilakukan pembuktian secara empiris dengan melakukan penelitian tentang tingkat keterampilan dasar melempar, menangkap, dan memukul bola kasti pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Carikan, Kecamatan Lendah, Kabupaten Kulon Progo.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif yang dituangkan dalam persentase dengan teknik survei bertujuan mendeskripsikan kemampuan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti siswa kelas IV dan kelas V SD Negeri Carikan, Kecamatan Lendah, Kabupaten Kulon Progo. Teknik yang dipergunakan untuk pengumpulan data dengan menggunakan tes dan pengukuran. Dalam penelitian ini, peneliti ingin memperoleh gambaran tentang tingkat keterampilan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti siswa kelas IV dan kelas V SD Negeri Carikan, Kecamatan Lendah, Kabupaten Kulon Progo, pada saat penelitian berlangsung tanpa pengujian hipotesis penelitian. Data yang diperoleh dari tes dan pengukuran dianalisis menggunakan teknik statistik deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase.

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Untuk menghindari terjadinya salah pengertian dalam penelitian ini maka perlu adanya batasan operasional variabel penelitian. Adapun variabel dalam penelitian ini adalah: tingkat keterampilan melempar bola, menangkap bola, serta memukul bola kasti pada siswa kelas IV dan kelas V SD Negeri Carikan, Kecamatan Lendah, Kabupaten Kulon Progo. Keterampilan melempar bola kasti adalah kesanggupan yang dimiliki setiap individu untuk menyalurkan tenaga ke suatu benda yang menghasilkan daya atau kekuatan ke

depan atau atas. Hasil lemparan siswa dengan menggunakan lemparan atas atau lemparan mendatar ke arah sasaran dengan jarak 10 meter yang dilakukan sebanyak 10 kali lemparan, yang diukur dengan tes kemampuan melempar bola kasti.

Sedangkan kemampuan menangkap bola kasti adalah kemampuan siswa menangkap bola yang diumpankan menggunakan lemparan atas oleh teman dengan saling berhadapan pada jarak 5 meter yang dilakukan sebanyak 10 kali menangkap bola. Berapa kali bola kasti yang dapat ditangkap siswa dari 10 kali kesempatan adalah sebagai skor tes menangkap bola kasti, yang diukur dengan tes kemampuan menangkap bola kasti.

Selanjutnya kemampuan memukul bola kasti dengan menggunakan tes memukul bola kasti sebanyak 10 kali kesempatan yang diumpankan oleh pengumpan dari jarak 5 meter. Hasil pukulan yang dipakai sebagai skor tes adalah berapa kali testi mampu memukul bola kasti dengan benar, yang diukur dengan tes kemampuan memukul bola kasti.

C. Subjek Penelitian

Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IV yang berjumlah 17 siswa dan kelas V yang berjumlah 11 siswa, sehingga jumlah siswa kelas IV dan V SD Negeri Carikan, Kecamatan Lendah, Kabupaten Kulon Progo dalam penelitian ini berjumlah 28 siswa.

D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam atau sosial yang diamati (Sugiyono, 2013: 148). Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 136), instrumen penelitian adalah alat yang digunakan oleh peneliti dalam pengumpulan data agar pekerjaannya lebih mudah dan lebih baik.

Instrumen yang dipergunakan dalam penelitian ini berupa pelaksanaan tes melempar, menangkap, dan memukul bola kasti dengan ketentuan-ketentuan khusus. Instrumen dalam penelitian ini adalah modifikasi tes keterampilan bermain *rounders* oleh Sunardiyanta yang dikutip oleh Girat Suryanto (2012 : 25), dan dikutip kembali oleh Yitno (2013 : 32). Peneliti memodifikasi instrumen penelitian ini antara lain melempar, menangkap, dan memukul. Beberapa teknik dasar permainan kasti hampir sama dengan teknik dasar bermain *rounders* salah satu diantaranya adalah teknik melempar, menangkap, dan memukul bola kasti, namun demikian karakteristik permainan kasti tidak dapat disamakan dengan permainan *rounders*. Dalam modifikasi ini untuk tes melempar bola dalam bermain *rounders* dengan jarak 15 m kemudian dimodifikasi menjadi 10 m, tes menangkap bola *rounders* dengan jarak 15 m kemudian dimodifikasi menjadi 5 m, dan memukul bola *rounders* dengan jarak 10 m kemudian dimodifikasi menjadi 5 m.

Uji coba instrumen dilakukan peneliti di SD Negeri Butuh, kecamatan Lendah, kabupaten Kulon Progo dengan subjek sebanyak 31 siswa yang terdiri dari siswa kelas IV dan V. Uji coba instrumen dilakukan di lapangan depan SD Negeri Carikan. Alat yang digunakan untuk uji instrumen adalah bola kasti, pemukul, rafia, bendera, peluit, tiang pancang, meteran, dan alat tulis. Uji coba instrumen dilakukan SD Negeri Butuh karena karakteristik sekolah, siswa dan lingkungan hampir sama dengan objek penelitian yang jaraknya tidak terlalu jauh serta masih dalam satu gugus. Item uji instrumen adalah melempar, menangkap, dan memukul yang masing-masing dilakukan sebanyak 10 kali (10 kali melempar, 10 kali menangkap, dan 10 kali memukul).

2. Validitas dan Reliabilitas

a. Validitas

Koefisien validitas pada uji instrumen ini menggunakan rumus *pearson correlation* sesuai dengan olahan program SPSS yang terdapat dikomputer dengan hasil koefisien validitas = 0,630.

b. Reliabilitas

Untuk mencari koefisien reliabilitas pada uji instrumen ini menggunakan koefisien *alpha cronbach* sesuai dengan olahan pada program SPSS yang terdapat dikomputer dengan koefisien reliabilitas melempar = 0,810, menangkap = 0,876, dan memukul = 0,788.

3. Teknik Pengumpulan Data

Pada penelitian ini teknik pengambilan data menggunakan teknik tes dan pengukuran yang berpedoman pada petunjuk pelaksanaan tes dan pengukuran yang disusun oleh Yitno (2013: 33). Petunjuk dan pelaksanaan tes dan pengukuran berfungsi sebagai acuan bagi peneliti, tenaga pelaksanaan dan siswa. Sebelum peneliti melakukan penelitian, terlebih dahulu memberi pengetahuan dan latihan kepada tenaga pelaksana yang disini peneliti dibantu oleh seorang guru pendidikan jasmani SD Negeri Carikan, dengan tujuan untuk menghindari kesalahan pada saat penelitian. Anak coba atau testi harus diberi pengarahan tentang petunjuk pelaksanaan agar dapat melakukan praktik tes dengan baik dan benar.

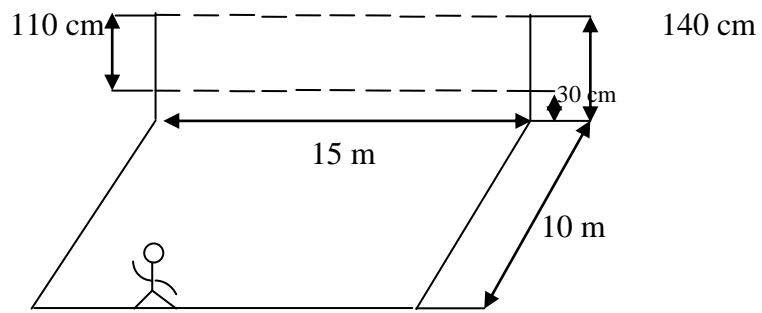
a. Tes Melempar Bola Kasti

- 1) Tujuan: untuk mengukur ketepatan/ akurasi melempar ke sasaran yang telah ditentukan.
- 2) Peralatan: lapangan kasti standar, bola, bendera, tali, peluit, tiang pancang, meteran, dan alat tulis.
- 3) Pelaksanaan: testi berdiri di titik lempar dengan memegang bola. Bola dilempar melambung atau lemparan datar pada sasaran yang telah ditentukan. Sasaran lemparan adalah berupa rentangan tali atas yang pada ujungnya ditancapkan tongkat atau lembing setinggi 140 cm dan tali rentangan bawah setinggi 30 cm. Pada rentangan tali lebarnya adalah 15 m. Jarak pelempar ke sasaran adalah 10

meter. Kesempatan testi melempar ke sasaran yang ditentukan sebanyak 10 kali kesempatan.

4) Penskoran :

- a) Skor 1 : jika bola yang dilemparkan melalui rentangan tali.
- b) Skor 0 : jika bola yang dilemparkan tidak melalui tali rentangan atau luar daerah sasaran serta bola masuk rentangan terlebih dahulu memantul tanah.

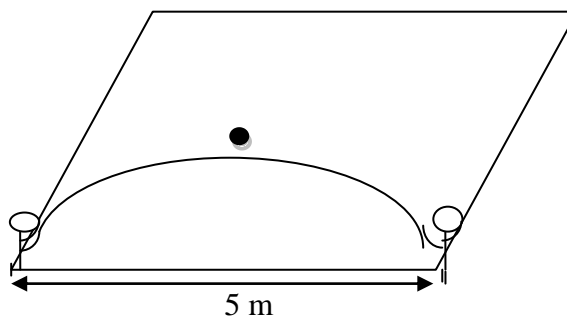


Gambar 20. Posisi dan Sasaran Tes Melempar
Sumber : Yitno (2013: 34)

b. Tes Menangkap Bola Kasti

- 1) Tujuan: untuk mengukur kecakapan siswa dalam menangkap bola kasti.
- 2) Peralatan: 10 buah bola kasti, kotak sasaran yang digunakan untuk berdiri siswa yang akan melempar dan menangkap bola dengan jarak 5 meter.
- 3) Prosedur pelaksanaan tes :
 - a) Tes menangkap bola dilakukan sebanyak 10 kali kesempatan.
 - b) Posisi testi saling berhadapan dengan jarak 5 meter.

- c) Bola harus dilemparkan dengan menggunakan lemparan atas kepala.
 - d) Apabila bola diumpankan tidak enak untuk ditangkap, maka testi diperkenankan untuk tidak menangkap.
- 4) Penskoran: tangkapan bola dianggap sah apabila bola dapat ditangkap testi dari tempat tes menangkap bola. Jumlah bola yang dapat ditangkap testi merupakan hasil dari tes menangkap bola kasti.



Gambar 21. Posisi dan Sasaran Tes Menangkap
Sumber : Yitno (2013: 35)

c. Tes Memukul Bola Kasti

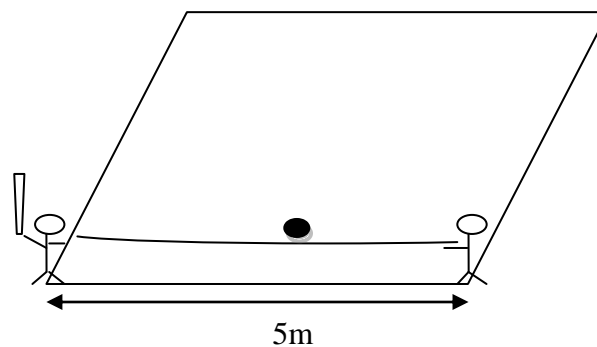
- 1) Tujuan: untuk mengukur kecakapan siswa dalam memukul bola kasti.
- 2) Peralatan: 10 buah bola kasti, pemukul bola kasti.
- 3) Prosedur pelaksanaan tes:
 - a) Tes memukul bola dilakukan sebanyak 10 kali kesempatan.
 - b) Kesempatan testi memukul bola yang dilempar sebanyak 10 kali kesempatan.

c) Apabila bola diumpankan tidak enak untuk dipukul (tidak diantara lutut sampai kepala), maka testi diperkenankan untuk tidak memukul bola tersebut.

4) Penskoran:

a) Skor 1 : jika bola yang dilempar berhasil dipukul.

b) Skor 0 : jika bola yang dilempar tidak berhasil dipukul.



Gambar 22. Posisi dan Sasaran Tes Memukul
Sumber : Yitno (2013: 35)

E. Teknik Analisis Data

Teknik analisis datanya adalah setelah dilakukan penelitian maka akan diperoleh data-data mentah tentang kemampuan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti. Data yang diperoleh kemudian dianalisis sebagai berikut:

1. Pengelompokan Hasil Tes

Hasil tes melempar, menangkap, dan memukul bola kasti dikelompokkan dan dikategorikan dari masing-masing siswa. Pengelompokannya menjadi 5 kategori menggunakan rumus sebagai berikut:

Tabel 1. Rumus pengelompokan 5 kategori

No	Kelas Interval	Kategori
1	$X > M + 1,5 \text{ SD}$	Baik sekali
2	$M + 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 1,5 \text{ SD}$	Baik
3	$M - 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 0,5 \text{ SD}$	Sedang
4	$M - 1,5 \text{ SD} < X \leq M - 0,5 \text{ SD}$	Kurang
5	$X \leq M - 1,5 \text{ SD}$	Kurang sekali

Keterangan:

X : Skor yang diperoleh

SD : Standar Deviasi

M : Mean

Sumber: Saifuddin Azwar (2014: 148)

2. Teknik Analisis Data Penelitian

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis statistik deskriptif dengan persentase. Sebelumnya akan dikategorikan menjadi 5 kategori berdasarkan nilai mean dan standar deviasi ideal.

Statistik deskriptif digunakan dengan tujuan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya (Sugiyono, 2013: 207). Selanjutnya untuk mengetahui presentase menggunakan rumus:

$$P = \frac{F}{N} \times 100 \%$$

Keterangan :

P : Persentase yang dicari

F : Frekuensi

N : Jumlah sampel

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Data keterampilan dasar melempar, menangkap, dan memukul bola kasti pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Carikan, Kecamatan Lendah, Kabupaten Kulon Progo, yang meliputi kemampuan melempar, menangkap, memukul untuk selanjutnya hasil penelitian dijabarkan menjadi 5 kategori yaitu baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali.

Hasil penelitian dari keterampilan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti pada siswa SD Negeri Carikan, Kecamatan Lendah, Kabupaten Kulon Progo, kelas IV dan V didapatkan data-data sebagai berikut :

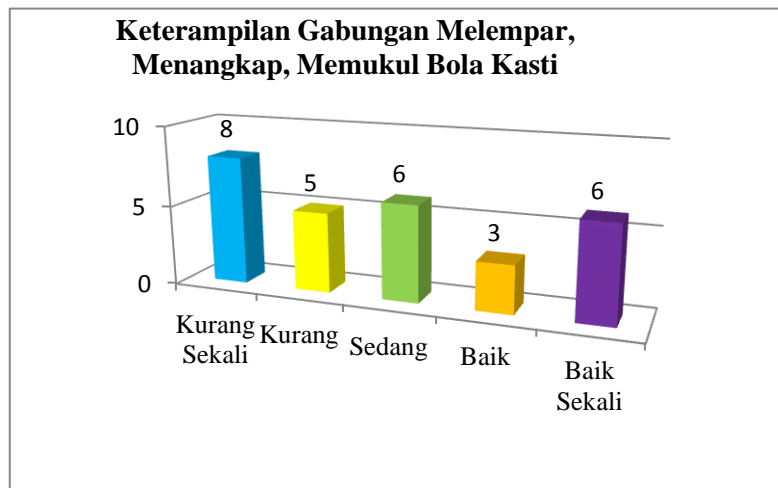
- 1) Keterampilan Dasar Melempar, Menangkap, dan Memukul Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Carikan.

Berdasarkan hasil analisis dan keterampilan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Carikan hasilnya dapat diketahui Skor Max = 30, Skor Min = 19, Mean = 24,5, Standar Deviasi = 1,8 dan dirangkum seperti dalam tabel berikut :

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Keterampilan Dasar Melempar, Menangkap, dan Memukul Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Carikan.

No.	Interval	Kategori	Frekuensi	Persen(%)
1	$> 27,3$	Baik Sekali	6	21,4 %
2	25,5 - 27,3	Baik	3	10,7 %
3	23,7 - 25,4	Sedang	6	21,4 %
4	21,9 - 23,6	Kurang	5	17,9 %
5	$\leq 21,8$	Kurang Sekali	8	28,6%
Jumlah			28	100,0%

Berdasarkan tabel 2 distribusi frekuensi keterampilan dasar melempar, menangkap, dan memukul bola kasti pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Carikan dapat disajikan dalam gambar diagram berikut :



Gambar 23. Diagram Keterampilan Dasar Melempar, Menangkap, dan Memukul Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Carikan.

Berdasarkan tabel dan gambar tersebut dapat diketahui bahwa siswa yang tingkat keterampilan gabungan melempar, menangkap, dan

memukul dengan kategori “baik sekali” adalah sebanyak 6 siswa (21,4 %), kategorinya “baik” sebanyak 3 siswa (10,7 %), yang kategorinya “sedang” sebanyak 6 siswa (21,4 %), yang kategorinya “kurang” sebanyak 5 siswa (17,9 %), dan kategori “kurang sekali” sebanyak 8 siswa (28,6 %).

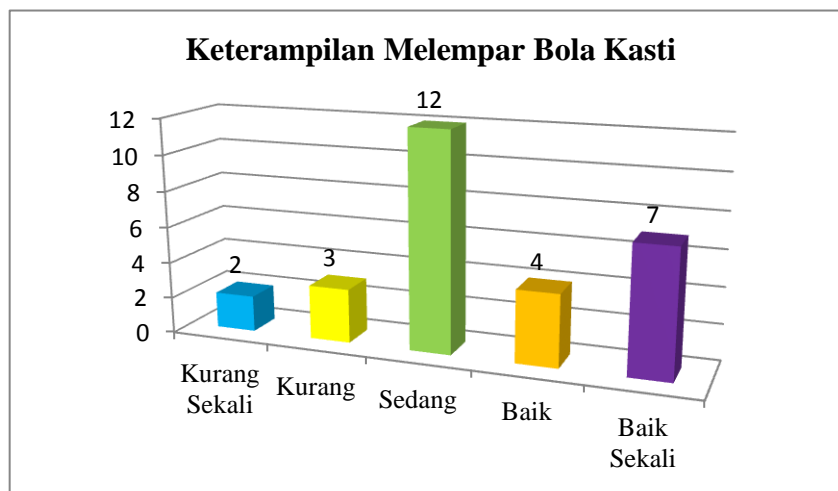
2) Keterampilan Dasar Melempar Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Carikan.

Berdasarkan hasil analisis dan keterampilan melempar bola kasti pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Carikan hasilnya dapat diketahui Skor Max = 10, Skor Min = 3, Mean = 6,5, Standar Deviasi = 1,2 dan dirangkum seperti dalam tabel berikut :

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Keterampilan Dasar Melempar Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Carikan.

No.	Interval	Kategori	Frekuensi	Persen(%)
1	>8,3	Baik Sekali	7	25,0%
2	7,2 - 8,3	Baik	4	14,3%
3	6,0 - 7,1	Sedang	12	42,9%
4	4,9 - 5,9	Kurang	3	10,7%
5	≤4,8	Kurang Sekali	2	7,1%
Jumlah			28	100,0%

Berdasarkan tabel 3 dapat disajikan dalam gambar berikut :



Gambar 24. Diagram Keterampilan Dasar Melempar Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Carikan

Berdasarkan tabel dan gambar tersebut dapat diketahui bahwa siswa yang tingkat keterampilan melempar dengan kategori “baik sekali” adalah sebanyak 7 siswa (25,0 %), kategorinya “baik” sebanyak 4 siswa (14,3 %), yang kategorinya “sedang” sebanyak 12 siswa (42,9 %), yang kategorinya “kurang” sebanyak 3 siswa (10,7 %), dan kategori “kurang sekali” sebanyak 2 siswa (7,1 %).

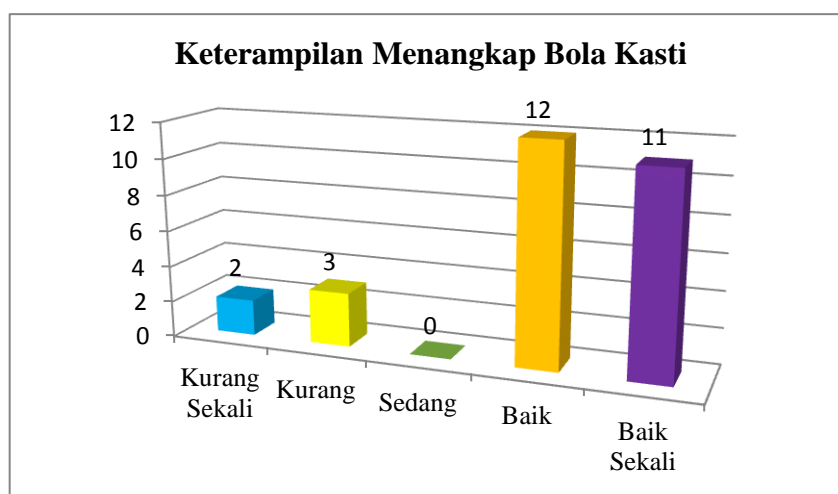
3) Keterampilan Dasar Menangkap Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Carikan.

Berdasarkan hasil analisis dan keterampilan menangkap bola kasti pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Carikan hasilnya diketahui Skor Max = 10, Skor Min = 7, Mean = 8,5, Standar Deviasi = 0,5 dan dirangkum dalam tabel berikut :

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Keterampilan Dasar Menangkap Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Carikan.

No.	Interval	Kategori	Frekuensi	Persen(%)
1	$> 9,3$	Baik Sekali	11	39,3 %
2	$8,9 - 9,3$	Baik	12	42,9 %
3	$8,4 - 8,8$	Sedang	0	0 %
4	$7,9 - 8,3$	Kurang	3	10,7%
5	$\leq 7,8$	Kurang Sekali	2	7,1%
Jumlah			28	100,0%

Berdasarkan tabel 4 distribusi frekuensi keterampilan dasar menangkap bola kasti dapat disajikan dalam gambar diagram berikut :



Gambar 25. Diagram Keterampilan Dasar Menangkap Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Carikan.

Berdasarkan tabel dan gambar tersebut dapat diketahui bahwa siswa yang tingkat keterampilan menangkap dengan kategori “baik sekali” adalah sebanyak 11 siswa (39,3 %), kategorinya “baik” sebanyak 12 siswa

(42,9 %), yang kategorinya “sedang” sebanyak 0 siswa (0 %), kategorinya “kurang” sebanyak 3 siswa (10,7 %) dan yang kategorinya “kurang sekali” sebanyak 2 siswa (7,1 %).

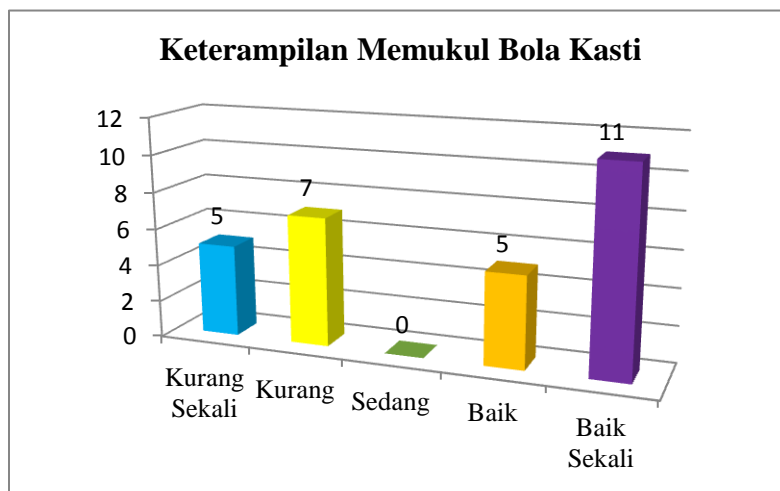
4) Keterampilan Dasar Memukul Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Carikan.

Setelah diperoleh skor dari masing-masing siswa kelas IV dan V SD Negeri Carikan kemudian dikategorikan sesuai dengan hasil analisis data didapatkan Skor Max = 10, Skor Min = 5, Mean = 7,5, Standar Deviasi = 0,8 dan dikategorikan seperti dalam tabel berikut :

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Keterampilan Dasar Memukul Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Carikan.

No.	Interval	Kategori	Frekuensi	Persen(%)
1	> 8,8	Baik Sekali	11	39,3%
2	8,0 -8,8	Baik	5	17,9 %
3	7,2 - 7,9	Sedang	0	0 %
4	6,4 - 7,1	Kurang	7	25,0%
5	≤ 6,3	Kurang Sekali	5	17,9%
Jumlah			28	100,0%

Berdasarkan tabel 5 dapat disajikan dalam gambar berikut :



Gambar 26. Diagram Keterampilan Dasar Memukul Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Carikan.

Berdasarkan tabel dan gambar tersebut dapat diketahui bahwa siswa yang tingkat keterampilan memukul dengan kategori “baik sekali” adalah sebanyak 11 siswa (39,3 %), kategorinya “baik” sebanyak 5 siswa (17,9 %), yang kategorinya “sedang” sebanyak 0 siswa (0 %), yang kategorinya “kurang” sebanyak 7 siswa (25,0 %), dan kategori “kurang sekali” sebanyak 5 siswa (17,9 %).

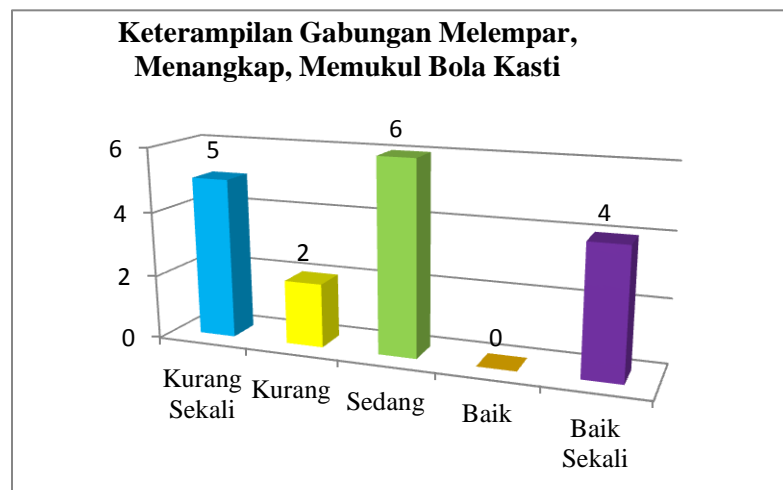
5) Keterampilan Dasar Melempar, Menangkap, dan Memukul Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV SD Negeri Carikan.

Berdasarkan hasil analisis dan keterampilan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti pada siswa kelas IV SD Negeri Carikan diketahui Skor Max = 30, Skor Min = 21, Mean = 25,5, Standar Deviasi = 1,5 dan dirangkum seperti dalam tabel berikut :

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Keterampilan Dasar Melempar, Menangkap, dan Memukul Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV SD Negeri Carikan.

No.	Interval	Kategori	Frekuensi	Persen(%)
1	$> 27,8$	Baik Sekali	4	23,5 %
2	26,4 - 27,8	Baik	0	0 %
3	24,9 - 26,3	Sedang	6	35,3 %
4	23,4 - 24,8	Kurang	2	11,8 %
5	$\leq 23,3$	Kurang Sekali	5	29,4 %
Jumlah			17	100,0%

Berdasarkan tabel 6 dapat disajikan dalam gambar berikut :



Gambar 27. Diagram Keterampilan Dasar Melempar, Menangkap, dan Memukul Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV SD Negeri Carikan.

Berdasarkan tabel dan gambar tersebut dapat diketahui bahwa siswa yang tingkat keterampilan melempar, menangkap, dan memukul dengan kategori “baik sekali” sebanyak 4 siswa (23,5 %), yang kategorinya “baik” sebanyak 0 siswa (0 %), yang kategorinya “sedang”

sebanyak 6 siswa (35,3 %), yang kategorinya “kurang” sebanyak 2 siswa (11,8 %), dan yang kategorinya “kurang sekali” sebanyak 5 siswa (29,4 %).

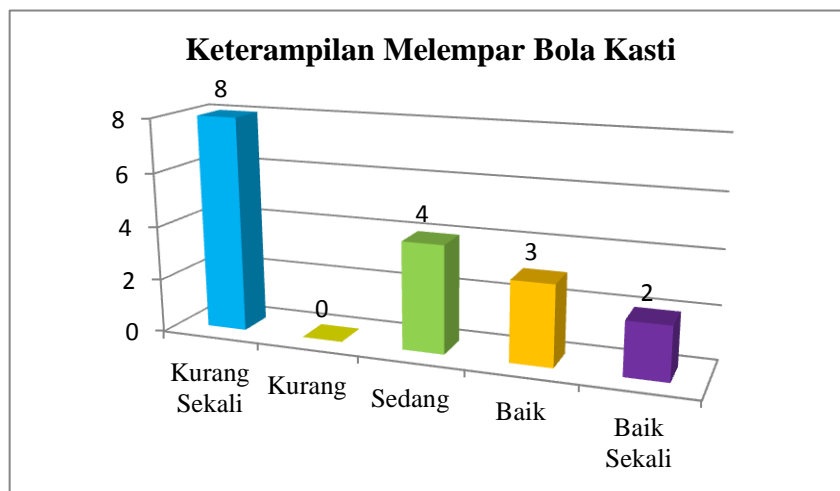
6) Keterampilan Dasar Melempar Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV SD Negeri Carikan.

Berdasarkan hasil analisis dan keterampilan melempar bola kasti pada siswa kelas IV SD Negeri Carikan hasilnya diketahui Skor Max = 10, Skor Min = 6, Mean = 8,0, Standar Deviasi = 0,7 dan dirangkum seperti dalam tabel berikut :

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Keterampilan Dasar Melempar Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV SD Negeri Carikan.

No.	Interval	Kategori	Frekuensi	Persen(%)
1	> 9,0	Baik Sekali	2	11,8 %
2	8,4 - 9,0	Baik	3	17,6 %
3	7,8 - 8,3	Sedang	4	23,5 %
4	7,1 - 7,7	Kurang	0	0 %
5	≤ 7,0	Kurang Sekali	8	47,1 %
Jumlah			17	100,0%

Berdasarkan tabel 7 dapat disajikan dalam gambar berikut :



Gambar 28. Diagram Keterampilan Dasar Melempar Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV SD Negeri Carikan.

Berdasarkan tabel dan gambar tersebut dapat diketahui bahwa siswa yang tingkat keterampilan melempar dengan kategori “baik sekali” sebanyak 2 siswa (11,8 %), yang kategorinya “baik” sebanyak 3 siswa (17,6 %), yang kategorinya “sedang” sebanyak 4 siswa (23,5 %), yang kategorinya “kurang” sebanyak 0 siswa (0 %), dan yang kategorinya “kurang sekali” sebanyak 8 siswa (47,1 %)

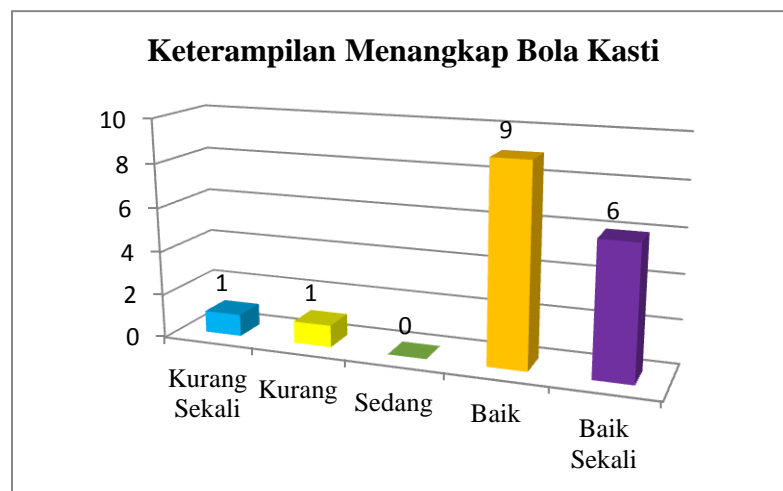
7) Keterampilan Dasar Menangkap Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV SD Negeri Carikan.

Setelah diperoleh skor dari masing-masing siswa kelas IV SD Negeri Carikan kemudian dikategorikan sesuai dengan hasil analisis data diketahui Skor Max = 10, Skor Min = 7, Mean = 8,5, Standar Deviasi = 0,5 dan dapat dikategorikan seperti dalam tabel berikut :

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Keterampilan Dasar Menangkap Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV SD Negeri Carikan.

No.	Interval	Kategori	Frekuensi	Persen(%)
1	$> 9,3$	Baik Sekali	6	35,3 %
2	$8,9 - 9,3$	Baik	9	52,9 %
3	$8,4 - 8,8$	Sedang	0	0 %
4	$7,9 - 8,3$	Kurang	1	5,9 %
5	$\leq 7,8$	Kurang Sekali	1	5,9 %
Jumlah			17	100,0%

Berdasarkan tabel 8 dapat disajikan dalam gambar berikut :



Gambar 29. Diagram Keterampilan Dasar Menangkap Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV SD Negeri Carikan.

Berdasarkan tabel dan gambar tersebut dapat diketahui bahwa siswa yang tingkat keterampilan menangkap dengan kategori “baik sekali” sebanyak 6 siswa (35,3 %), yang kategorinya “baik” sebanyak 9 siswa (52,9 %), yang kategorinya “sedang” sebanyak 0 siswa (0 %),

yang kategorinya “kurang” sebanyak 1 siswa (5,9 %), dan yang kategorinya “kurang sekali” sebanyak 1 siswa (5,9 %).

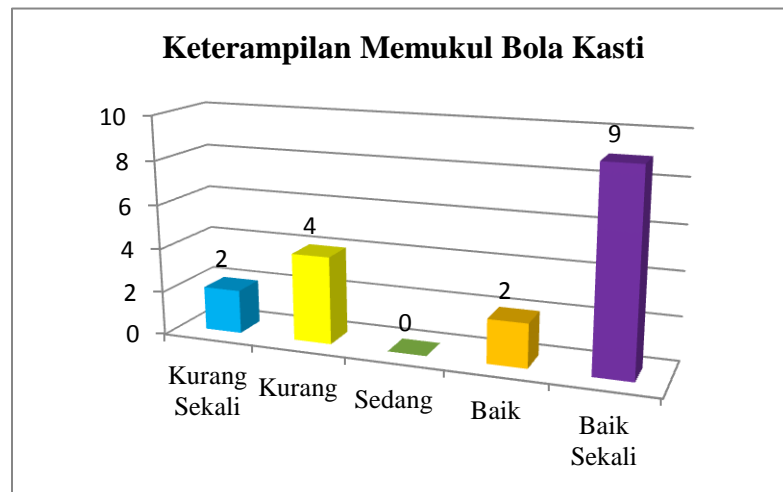
8) Keterampilan Dasar Memukul Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV SD Negeri Carikan.

Setelah diperoleh skor dari masing-masing siswa kelas IV SD Negeri Carikan yaitu Skor Max = 10, Skor Min = 5, Mean = 7,5, Standar Deviasi = 0,8 kemudian dikategorikan sesuai dengan hasil analisis data didapatkan kategori, seperti dalam tabel berikut :

Tabel 9. Distribusi Frekuensi Keterampilan Dasar Memukul Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV SD Negeri Carikan.

No.	Interval	Kategori	Frekuensi	Persen(%)
1	> 8,8	Baik Sekali	9	52,9 %
2	8,0 - 8,8	Baik	2	11,8 %
3	7,2 - 7,9	Sedang	0	0 %
4	6,4 - 7,1	Kurang	4	23,5 %
5	\leq 6,3	Kurang Sekali	2	11,8 %
Jumlah			17	100,0%

Berdasarkan tabel 9 dapat disajikan dalam gambar berikut :



Gambar 30. Diagram Keterampilan Dasar Memukul Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV SD Negeri Carikan.

Berdasarkan tabel dan gambar tersebut dapat diketahui bahwa siswa yang tingkat keterampilan memukul dengan kategori “baik sekali” sebanyak 9 siswa (52,9 %), yang kategorinya “baik” sebanyak 2 siswa (11,8 %), yang kategorinya “sedang” sebanyak 0 siswa (0 %), yang kategorinya “kurang” sebanyak 4 siswa (23,5 %), dan yang kategorinya “kurang sekali” sebanyak 2 siswa (11,8 %).

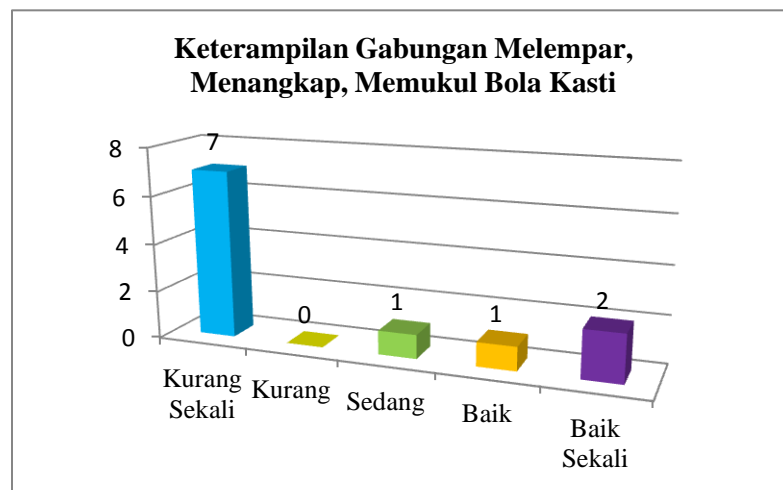
9) Keterampilan Dasar Melempar, Menangkap, dan Memukul Bola Kasti Pada Siswa Kelas V SD Negeri Carikan.

Setelah diperoleh skor dari masing-masing siswa kelas V SD Negeri Carikan yaitu Skor Max = 28, Skor Min = 19, Mean = 23,5, Standar Deviasi = 1,5 kemudian dikategorikan sesuai dengan hasil analisis data didapatkan kategori, seperti dalam tabel berikut :

Tabel 10. Distribusi Frekuensi Keterampilan Dasar Melempar, Menangkap, dan Memukul Bola Kasti Pada Siswa Kelas V SD Negeri Carikan.

No.	Interval	Kategori	Frekuensi	Persen(%)
1	$> 25,8$	Baik Sekali	2	18,2 %
2	24,4 - 25,8	Baik	1	9,1 %
3	22,9 - 24,3	Sedang	1	9,1 %
4	21,4 - 22,8	Kurang	0	0 %
5	$\leq 21,3$	Kurang Sekali	7	63,6 %
Jumlah			11	100,0%

Berdasarkan tabel 10 dapat disajikan dalam gambar berikut :



Gambar 31. Diagram Keterampilan Dasar Melempar, Menangkap, dan Memukul Bola Kasti Pada Siswa Kelas V SD Negeri Carikan.

Berdasarkan tabel dan gambar tersebut dapat diketahui bahwa siswa yang tingkat keterampilan melempar, menangkap, dan memukul dengan kategori “baik sekali” sebanyak 2 siswa (18,2 %), yang kategorinya “baik” sebanyak 1 siswa (9,1 %), yang kategorinya “sedang”

sebanyak 1 siswa (9,1 %), yang kategorinya “kurang” sebanyak 0 siswa (0 %), dan yang kategorinya “kurang sekali” sebanyak 7 siswa (63,6 %).

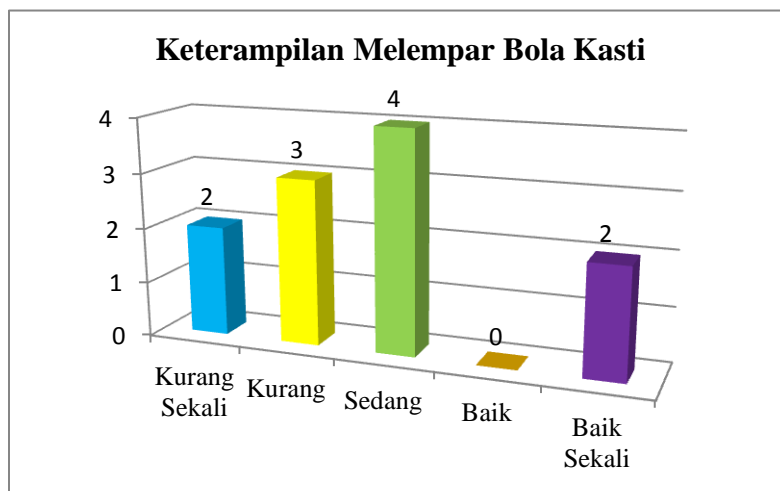
10) Keterampilan Dasar Melempar Bola Kasti Pada Siswa Kelas V SD Negeri Carikan.

Berdasarkan hasil analisis dan keterampilan melempar bola kasti pada siswa kelas V SD Negeri Carikan diketahui Skor Max = 10, Skor Min = 3, Mean = 6,5, Standar Deviasi = 1,2 dan hasilnya dapat dirangkum seperti dalam tabel berikut :

Tabel 11. Distribusi Frekuensi Keterampilan Dasar Melempar Bola Kasti Pada Siswa Kelas V SD Negeri Carikan.

No.	Interval	Kategori	Frekuensi	Persen(%)
1	> 8,3	Baik Sekali	2	18,2 %
2	7,2 - 8,3	Baik	0	0 %
3	6,0 - 7,1	Sedang	4	36,4 %
4	4,9 - 5,9	Kurang	3	27,3 %
5	\leq 4,8	Kurang Sekali	2	18,2 %
Jumlah			11	100,0%

Berdasarkan tabel 11 dapat disajikan dalam gambar berikut :



Gambar 32. Diagram Keterampilan Dasar Melempar Bola Kasti Pada Siswa Kelas V SD Negeri Carikan.

Berdasarkan tabel dan gambar tersebut dapat diketahui bahwa siswa yang tingkat keterampilan melempar dengan kategori “baik sekali” sebanyak 2 siswa (18,2 %), yang kategorinya “baik” sebanyak 0 siswa (0 %), yang kategorinya “sedang” sebanyak 4 siswa (36,4 %), yang kategorinya “kurang” sebanyak 3 siswa (27,3 %), dan yang kategorinya “kurang sekali” sebanyak 2 siswa (18,2 %).

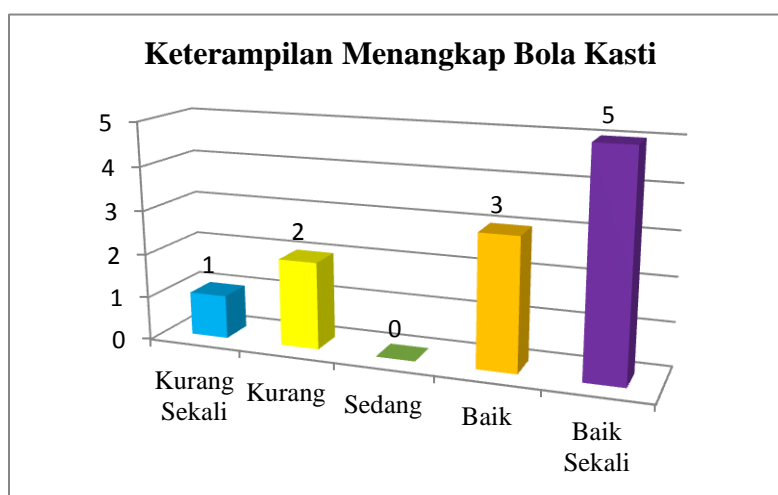
11) Keterampilan Dasar Menangkap Bola Kasti Pada Siswa Kelas V SD Negeri Carikan.

Berdasarkan hasil analisis dan keterampilan menangkap bola kasti pada siswa kelas V SD Negeri Carikan diketahui Skor Max = 10, Skor Min = 7, Mean = 8,5, Standar Deviasi = 0,5 dan hasilnya dapat dirangkum seperti dalam tabel berikut :

Tabel 12. Distribusi Frekuensi Keterampilan Dasar Menangkap Bola Kasti Pada Siswa Kelas V SD Negeri Carikan.

No.	Interval	Kategori	Frekuensi	Persen(%)
1	$> 9,3$	Baik Sekali	5	45,5 %
2	8,9 - 9,3	Baik	3	27,3 %
3	8,4 - 8,8	Sedang	0	0 %
4	7,9 - 8,3	Kurang	2	18,2 %
5	$\leq 7,8$	Kurang Sekali	1	9,1 %
Jumlah			11	100,0%

Berdasarkan tabel 12 dapat disajikan dalam gambar berikut :



Gambar 33. Diagram Keterampilan Dasar Menangkap Bola Kasti Pada Siswa Kelas V SD Negeri Carikan.

Berdasarkan tabel dan gambar tersebut dapat diketahui bahwa siswa yang tingkat keterampilan menangkap dengan kategori “baik sekali” sebanyak 5 siswa (45,5 %), yang kategorinya “baik” sebanyak 3 siswa (27,3 %), yang kategorinya “sedang” sebanyak 0 siswa (0 %), yang

kategorinya “kurang” sebanyak 2 siswa (18,2 %), dan yang kategorinya “kurang sekali” sebanyak 1 siswa (9,1 %).

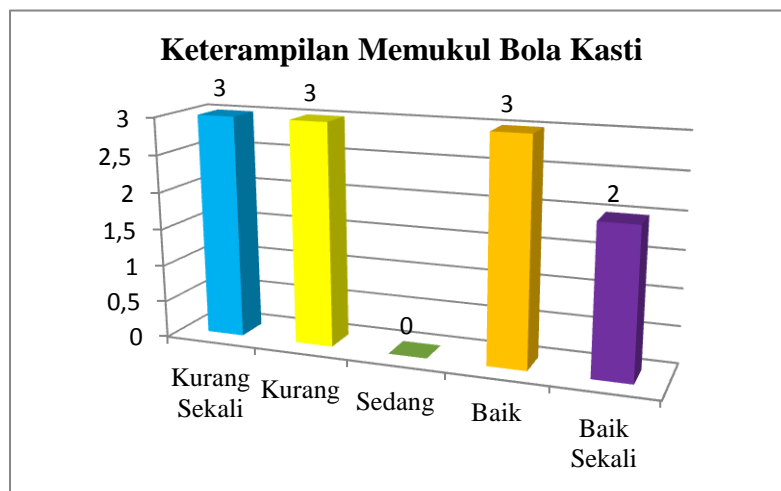
12) Keterampilan Dasar Memukul Bola Kasti Pada Siswa Kelas V SD Negeri Carikan.

Setelah diperoleh skor dari masing-masing siswa kelas V SD Negeri Carikan yaitu Skor Max = 10, Skor Min = 5, Mean = 7,5, Standar Deviasi = 0,8 kemudian dikategorikan sesuai dengan hasil analisis data didapatkan kategori, seperti dalam tabel berikut :

Tabel 13. Distribusi Frekuensi Keterampilan Dasar Memukul Bola Kasti Pada Siswa Kelas V SD Negeri Carikan.

No.	Interval	Kategori	Frekuensi	Persen(%)
1	> 8,8	Baik Sekali	2	18,2 %
2	8,0 - 8,8	Baik	3	27,3 %
3	7,2 - 7,9	Sedang	0	0 %
4	6,4 - 7,1	Kurang	3	27,3 %
5	$\leq 6,3$	Kurang Sekali	3	27,3 %
Jumlah			11	100,0%

Berdasarkan tabel 13 dapat disajikan dalam gambar berikut :



Gambar 34. Diagram Keterampilan Dasar Memukul Bola Kasti Pada Siswa Kelas V SD Negeri Carikan.

Berdasarkan tabel dan gambar tersebut dapat diketahui bahwa siswa yang tingkat keterampilan memukul dengan kategori “baik sekali” sebanyak 2 siswa (18,2 %), yang kategorinya “baik” sebanyak 3 siswa (27,3 %), yang kategorinya “sedang” sebanyak 0 siswa (0 %), yang kategorinya “kurang” sebanyak 3 siswa (27,3 %), dan yang kategorinya “kurang sekali” sebanyak 3 siswa (27,3 %).

B. Pembahasan

Melempar, menangkap, memukul bola kasti merupakan beberapa keterampilan dasar yang harus dimiliki untuk dapat bermain kasti dengan baik. Keterampilan ini untuk anak sekolah dasar perlu dilatih agar menghasilkan keterampilan sesuai dengan yang diharapkan. Pembelajaran akan tepat sasaran apabila diketahui data-data tentang keterampilan dari masing-masing siswa.

Penelitian yang dilakukan pada siswa SD Negeri Carikan kelas IV dan V tentang keterampilan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti hasilnya bervariasi, adalah sebagai berikut :

1. Keterampilan Melempar, Menangkap dan Memukul Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Carikan.

Keterampilan melempar bola kasti pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Carikan bervariasi, yang persentase tertinggi masuk dalam kategori “sedang”. Keterampilan melempar bola kasti pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Carikan tersebut dilihat dari kemampuan fisiknya berbeda-beda atau bervariasi, ini karena siswa masih dalam proses perkembangan dan pertumbuhan. Siswa kelas IV dan V belum mempunyai kekuatan otot lengan yang bagus untuk menghasilkan lemparan yang optimal dan tepat pada sasaran sehingga perlu adanya pengarahan dan latihan secara bertahap. Dilihat dari cara siswa melakukan lemparan, walaupun sudah diajarkan teknik melempar yang benar tetapi ada siswa yang masih saja salah, seperti cara memegang bola kasti yang salah, serta tahapan melempar bola yang salah. Motivasi siswa atau minat siswanya juga masih kurang sehingga dalam melakukan gerak dasar melempar bola kasti kurang sigap dan konsentrasi yang hasilnya siswa melenceng serta tidak tepat sasaran dalam melempar bola. Selanjutnya sarana atau bola kasti yang terlalu sedikit membuat latihan melempar bola kasti kurang efektif.

Keterampilan menangkap bola kasti pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Carikan tergolong masuk dalam kategori “baik”. Menangkap merupakan unsur yang tergabung dari koordinasi motorik antara mata dan

pandangan. Dengan melihat umur dari siswa kelas IV dan V maka kematangan motorik sudah cukup baik, sehingga sudah banyak yang baik dalam menerapkan teknik menangkap bola. Tetapi perlu ditingkatkan lagi minat siswanya dan latihan menangkap bola kasti terutama bagi siswa yang masih kurang baik dalam keterampilan menangkap bolanya, dengan latihan yang berkelanjutan ditunjang dengan sarana atau bola kasti yang mencukupi. Kesalahan yang sering dilakukan siswa pada saat melakukan tangkapan bola adalah posisi tangan pada saat menyongsong arah datangnya bola yang salah atau tidak sesuai instruksi serta masih ragu-ragu siswa saat akan melakukan tangkapan.

Keterampilan memukul bola kasti pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Carikan tergolong dalam kategori “baik”. Hal tersebut masih dapat bertambah baik seiring perkembangan, pertumbuhan siswa, minat atau kesukaanya pada kasti serta latihan siswa yang berkelanjutan, Sehingga siswa akan mempunyai kekuatan otot lengan yang bagus untuk menghasilkan pukulan yang optimal. Sebagian besar siswa sudah bisa menerapkan keterampilan memukul dengan baik ataupun teknik memegang pemukul dengan baik, tetapi ada juga siswa yang masih belum benar dalam memukul bola kasti. Kesalahan dalam memukul bola kasti di sini adalah siswa kurang perhitungan atau terlalu terburu-buru dalam mengayunkan pemukul padahal bola belum sampai sehingga bola luncas atau tidak terkena.

2. Keterampilan Melempar, Menangkap, dan Memukul Bola Kasti Masing-masing Kelas IV dan V

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa keterampilan melempar bola kasti pada siswa kelas IV serta kelas V SD Negeri Carikan sama-sama persentase terbanyak masuk dalam kategori “kurang”. Keterampilan menangkap bola kasti pada siswa kelas V mempunyai keterampilan menangkap lebih baik dari pada siswa kelas IV. Hal ini dapat diketahui dari penelitian bahwa keterampilan menangkap bola kasti pada siswa kelas V persentase terbanyak masuk kategori “baik”, sedangkan siswa kelas IV persentase terbanyak masuk kategori “sedang”. Keterampilan memukul bola kasti pada siswa kelas IV serta kelas V SD Negeri Carikan sama-sama persentase terbanyak masuk dalam kategori kurang.

Keterampilan dasar melempar, menangkap, dan memukul bola kasti hasilnya belum semuanya pada kategori baik. Hal ini disebabkan karena masih banyak siswa yang belum menguasai teknik tersebut. Siswa lebih sering melakukan pembelajaran permainan kasti dengan cara langsung bermain secara beregu. Seharusnya sesuai dengan karakteristik siswa lebih baiknya belajar teknik bermain kasti walaupun dengan model bermain, tidak langsung pada permainan sesungguhnya. Bervariasinya kemampuan siswa perlu adanya pengarahan dan latihan teknik dasarnya secara bertahap untuk menghasilkan kemampuan fisik yang baik dan optimal dalam melempar, menangkap, dan memukul bola kasti, memupuk motivasi siswa atau minat siswanya serta penambahan sarana atau bola

dan pemukul kasti. Dengan demikian teknik-teknik secara individu dapat dikuasai dengan baik, sehingga ketika dilakukan tes hasilnya akan baik.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan penelitian ini sesuai dengan permasalahan dan hasil penelitian serta pembahasan dalam penelitian dapat diketahui bahwa keterampilan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti siswa kelas IV dan V SD Negeri Carikan, Kecamatan Lendah, Kabupaten Kulon Progo yaitu: Tingkat keterampilan keseluruhan antara melempar, menangkap, dan memukul bola kasti pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Carikan, Kecamatan Lendah, Kabupaten Kulon Progo dapat diketahui bahwa siswa yang tingkat keterampilan melempar, menangkap, dan memukul dengan kategori “baik sekali” adalah sebanyak 6 siswa (21,4 %), kategorinya “baik” sebanyak 3 siswa (10,7 %), yang kategorinya “sedang” sebanyak 6 siswa (21,4 %), yang kategorinya “kurang” sebanyak 5 siswa (17,9 %), dan kategori “kurang sekali” sebanyak 8 siswa (28,6 %).

B. Implikasi Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini mempunyai implikasi praktis bagi pihak-pihak yang terkait dengan bidang olahraga, khususnya dalam permainan bola kasti melempar, menangkap, dan memukul. Bagi guru/ pelatih dan pemain yang akan meningkatkan keterampilan dasar melempar, menangkap, memukul bola kasti agar memperhatikan dan meningkatkan latihan melempar, menangkap, serta memukul bola kasti. Dengan demikian implikasi dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Secara teoritik

Dapat menunjukkan bukti-bukti secara ilmiah mengenai ketepatan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti sehingga dapat dijadikan acuan dalam melaksanakan dan merencanakan pembelajaran.

2. Secara praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai informasi dan bahan perbandingan bagi penelitian yang akan datang dan dapat digunakan untuk pengembangan perbaikan penyusunan program latihan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti.

C. Keterbatasan Hasil Penelitian

Penelitian ini sudah dilakukan dan diusahakan dengan sebaik-baiknya, tetapi masih banyak keterbatasan dan kelemahan antara lain :

1. Penelitian atau pengambilan data hanya dilakukan satu kali sehingga kurang dapat menggambarkan keadaan yang sebenarnya. Untuk mengetahui keadaan yang sebenarnya kemungkinan pengambilan data dilakukan lebih dari satu kali.
2. Alat ukur yang digunakan untuk melakukan tes tersebut praktis dan mudah digunakan, sehingga peneliti tidak memperhatikan alat ukur yang lain.
3. Peneliti seharusnya mengkorelasikan tes pertama dengan tes kedua, sehingga akan diketahui tes yang dilakukan saling berhubungan atau tidak.

D. Saran – saran

Setelah dilakukan penelitian, ada beberapa saran yang dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan untuk peningkatan pembelajaran pendidikan jasmani yaitu :

1. Bagi Sekolah

Perlu penyediaan fasilitas untuk mendukung pengajaran pendidikan jasmani.

2. Bagi Siswa

Siswa hendaknya membiasakan diri untuk berlatih permainan, terutama keterampilan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti merupakan hal terpenting dalam permainan kasti.

3. Bagi Peneliti Lain

Melakukan penelitian lebih lanjut dengan melibatkan pengamat lain serta pengambilan data yang lebih banyak untuk mengetahui tingkat keterampilan melempar, menangkap, dan memukul bola kasti yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Rojak. (2011). Meningkatkan Keterampilan Memukul Bola Kasti Melalui Modifikasi Bola dalam Pembelajaran Permainan Kasti pada Siswa Kelas IV SDN Cipangisikan Kecamatan Rancabali Kabupaten Bandung. *Skripsi*. Bandung: UPI Kampus Sumedang-FPOK.
- Aditya Yudha. (2013). Kreatifitas Guru dalam Memodifikasi. *Skripsi*. Yogyakarta: UNY-FIK.
- Aida. (2011). *Pendidikan Jasmani*. Diakses dari <http://aiida1234.blogspot.com/p/pendidikan-jasmani.html?m=1>. Pada tanggal 05 Desember 2014, Jam 13.20 WIB.
- Amran. (2103). *Definisi, Persamaan, Perbedaan, Tujuan Pendidikan Jasmani, dan Olahraga*. Makasar: Program Padsa Sarjana Universitas Negeri Makasar.
- Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputro (1997/ 2000). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta : Depdikbud.
- Arifin Feni Aryanti. (2014). *Penggunaan pendekatan bermain untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar lempar tangkap dalam pembelajaran permainan kasti*. Jurnal: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Arif Rakhman. (2009). *Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*. Diakses dari <http://mengapjkr.blogspot.com/2009/12/pengertian-pendidikan-jasmani.html>. Pada tanggal 05 Desember 2014, jam 13.00 WIB.
- Arin. (2011). *Tujuan dan Ruang Lingkup Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SD/MI*. Diakses dari <https://arinil.wordpress.com/2011/01/30/tujuan-dan-ruang-lingkup-matapelajaran-pendidikan-jasmani-olahraga-dan-kesehatan-sdmi/>. Pada Tanggal 05 Desember 2014, Jam 13.30 WIB.
- Bambang Susilo. (2006). *Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SD/MI*. Jakarta : Direktorat Jenderal Peningkatan Mutu Pendidikan dan Tenaga Kependidikan Departemen Pendidikan Nasional.
- Dani. (2012). *Pentingnya Pembelajaran Penjaskes Pada Anak Usia SD*. Diakses dari <http://krisdaning217.blogspot.com/2012/03/pentingnya-pembelajaran-penjaskes-pada.html>. Pada Tanggal 05 Desember 2014, Jam 13.20 WIB.
- Deni Kurniasi, Prapanca Suro. (2010). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan untuk SD/MI kelas IV*. Jakarta: Pusat Perbukuan, Kementrian Pendidikan Nasional.

- Depdiknas. (2006). *Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Eko Suwarso dan Sumarya. (2010). *BSE. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan untuk SD/MI Kelas IV*. Jakarta: Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional.
- Imam Soejoedi. (1979). *Permainan dan Metodik Buku II*. Jakarta: Depdikbud.
- Iwan Ridwan dan Ikman Sulaeman. (2008). *Kasti*. Solo: PT. Widya Duta Grafika
- M Karso. (2014). *Karakteristik Anak Usia SD*. Diakses dari <http://belajarmenjadilebih.wordpress.com/.../karakteristik-anak-usia-sd/>. Pada tanggal 05 Desember 2014, jam 13.50 WIB.
- Margiyani. (2008). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas 4 SD/MI*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Mochamad Djumidar A. Widya. (2004). *Gerak-Gerak Dasar Atletik Dalam Bermain*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Mukhairi. (2010). Kontribusi Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Lari 100 Meter Pada Siswa Kelas VIII SMP Annur Pekanbaru. *Skripsi*. Pekanbaru: Pendidikan Olahraga-UIR.
- Nasir Rosyidi. (1982). *Pendidikan Permainan Bola Kecil*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Nursalam. (2005). *Asuhan Keperawatan Bayi dan Anak*. Jakarta: Salemba Medika.
- Rahmiyati Masangka. (2013). Meningkatkan Kemampuan Gerak Dasar Memukul Bola Pada Permainan Kasti Melalui Metode Latihan Pada Siswa Kelas V Madrasah Ibtidaiyah (MI) Alkhairat Kota Gorontalo. *Skripsi*. Gorontalo: FIK-UNG.
- Rusli Lutan. (2002). *Munuju Sehat dan Bugar*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Saifuddin Azwar. (2014). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Siti Rahayu. (2006). *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.

- Srihati Waryati, Sulisty, Wahyu., & Soetarti. (1996). *Pendidikan Permainan Kecil*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah, Direktorat Pendidikan Guru dan Tenaga Teknis, Bagian Proyek Peningkatan Mutu Guru, Pendidikan Jasmani dan Kesehatan SD Setara D-II.
- Sri Murtiningsih. (2013). Usaha Peningkatan Pembelajaran Permainan Kasti dengan Menggunakan Bola Modifikasi Pada Siswa Putra Kelas V SD Negeri Gejagan Kecamatan Pakis Kabupaten Magelang. *Skripsi*. Yogyakarta : UNY-FIK.
- St. Vembriarto. (1982). *Sosiologi Pendidikan*. Yogyakarta: Yayasan Pendidikan Paramita.
- Sudjana. (1996). *Metode Statistika*. Bandung: Tarsito.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto. (2006). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Sukintaka. (1992). *Teori Bermain untuk D2 PGSD Penjaskes*. Yogyakarta: FPOK IKIP UNY.
- Tim Abdi Guru. (2007). *Penjas Orkes*. Jakarta: Erlangga.
- Tri Hananto Budi Santoso, Iddo Christiana. & Soni Nopembri. (2010). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas 4 SD*. Yogyakarta : Yudhistira.
- UNY. (2011). *Pedoman Tugas Akhir*. Yogyakarta: UNY.
- Undang-undang Dasar Negara Republik Indonesia tahun 1945.
- Yitno. (2013). Tingkat Kecakapan Melempar Menangkap dan Memukul Bola Kasti Siswa Putra Kelas IV dan V SD Negeri Tegalsari Kecamatan Candimulyo Kabupaten Magelang. *Skripsi*. Yogyakarta : UNY-FIK.

Lampiran 1. Permohonan Ijin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta, Telp.(0274) 513092 psw 255

Nomor : 082/UN.34.16/PP/2015
Lamp. : 1 Eks.
Hal : Permohonan Ijin Penelitian

10 Februari 2015

Yth. : Gubernur Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta
cq. Kepala Biro Administrasi Pembangunan
Setda. Provinsi DIY
Jl. Malioboro, Yogyakarta

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama : Bayu Oktavianto
NIM : 11604221026
Program Studi : S1 PGSD Penjas

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : 31 Januari s.d 7 Maret 2015
Tempat/obyek : SD N Carikan Kec.Lendah Kab.Kulonprogo
Judul Skripsi : Tingkat Keterampilan Dasar Melempar, Menangkap, dan Memukul Bola Kasti Pada Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Carikan Kec.Lendah Kab. Kulonprogo

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.
NIP. 19600824 198601 1 001

Tembusan :

1. Kepala Sekolah SD N Carikan
2. Kaprodi PGSD Penjas
3. Pembimbing TAS
4. Mahasiswa ybs.



**PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
SEKRETARIAT DAERAH**

Kompleks Kepatihan, Danurejan, Telepon (0274) 562811 - 562814
(Hunting)
YOGYAKARTA 55213

SURAT KETERANGAN / IJIN

070/REG/VI/501/2/2015

Membaca Surat : **DEKAN FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN** Nomor : **082/UN.34.16/PP/2015**
Tanggal : **10 FEBRUARI 2015** Perihal : **IJIN PENELITIAN/RISET**

- Mengingat :
1. Peraturan Pemerintah Nomor 41 Tahun 2006, tentang Perizinan bagi Perguruan Tinggi Asing, Lembaga Penelitian dan Pengembangan Asing, Badan Usaha Asing dan Orang Asing dalam melakukan Kegiatan Penelitian dan Pengembangan di Indonesia;
 2. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 20 Tahun 2011, tentang Pedoman Penelitian dan Pengembangan di Lingkungan Kementrian Dalam Negeri dan Pemerintah Daerah;
 3. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 37 Tahun 2008, tentang Rincian Tugas dan Fungsi Satuan Organisasi di Lingkungan Sekretariat Daerah dan Sekretariat Dewan Perwakilan Rakyat Daerah.
 4. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 18 Tahun 2009 tentang Pedoman Pelayanan Perizinan, Rekomendasi Pelaksanaan Survei, Penelitian, Pendataan, Pengembangan, Pengkajian, dan Studi Lapangan di Daerah Istimewa Yogyakarta.

DIIJINKAN untuk melakukan kegiatan survei/penelitian/pendataan/pengembangan/pengkajian/studi lapangan kepada:

Nama : **BAYU OKTAVIANTO** NIP/NIM : **11604221026**
Alamat : **FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN, PGSD PENJAS , UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**
Judul : **TINGKAT KETERAMPILAN DASAR MELEMPAR, MENANGKAP, DAN MEMUKUL BOLA KASTI PADA SISWA KELAS IV DAN V SD NEGERI CARIKAN KC. LENDAH KAB, KULON PROGO**
Lokasi : **DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA DAN OLAHRAGA DIY**
Waktu : **16 FEBRUARI 2015 s/d 16 MEI 2015**

Dengan Ketentuan

1. Menyerahkan surat keterangan/ijin survei/penelitian/pendataan/pengembangan/pengkajian/studi lapangan *) dari Pemerintah Daerah DIY kepada Bupati/Walikota melalui institusi yang berwenang mengeluarkan ijin dimaksud;
2. Menyerahkan soft copy hasil penelitiannya baik kepada Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta melalui Biro Administrasi Pembangunan Setda DIY dalam compact disk (CD) maupun mengunggah (upload) melalui website adbang.jogjapro.go.id dan menunjukkan cetakan asli yang sudah disahkan dan dibubuhi cap institusi;
3. Ijin ini hanya dipergunakan untuk keperluan ilmiah, dan pemegang ijin wajib mentaati ketentuan yang berlaku di lokasi kegiatan;
4. Ijin penelitian dapat diperpanjang maksimal 2 (dua) kali dengan menunjukkan surat ini kembali sebelum berakhir waktunya setelah mengajukan perpanjangan melalui website adbang.jogjapro.go.id;
5. Ijin yang diberikan dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila pemegang ijin ini tidak memenuhi ketentuan yang berlaku.

Dikeluarkan di Yogyakarta
Pada tanggal **16 FEBRUARI 2015**
A.n Sekretaris Daerah
Asisten Perekonomian dan Pembangunan
Ub.
Kepala Biro Administrasi Pembangunan



Dra. Puji Astuti, M.Si

NIP. 19590525 198503 2 006

Tembusan :

1. GUBERNUR DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA (SEBAGAI LAPORAN)
2. BUPATI KULON PROGO C.Q KPT KULON PROGO
3. DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA DAN OLAHRAGA DIY
4. DEKAN FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN, UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
5. YANG BERSANGKUTAN



PEMERINTAH KABUPATEN KULON PROGO
BADAN PENANAMAN MODAL DAN PERIZINAN TERPADU
Unit 1: Jl. Perwakilan No. 2, Wates, Kulon Progo Telp.(0274) 775208 Kode Pos 55611
Unit 2: Jl. KHA Dahlan, Wates, Kulon Progo Telp.(0274) 774402 Kode Pos 55611
Website: bpmpt.kulonprogokab.go.id Email : bpmpt@kulonprogokab.go.id

SURAT KETERANGAN / IZIN

Nomor : 070.2 /00145/II/2015

Memperhatikan : Surat dari Sekretariat Daerah Provinsi DIY Nomor: 070/REG/v/501/2/2015, TANGGAL: 16 FEBRUARI 2015, PERIHAL: IZIN PENELITIAN

Mengingat : 1. Keputusan Menteri Dalam Negeri Nomor 61 Tahun 1983 tentang Pedoman Penyelenggaraan Pelaksanaan Penelitian dan Pengembangan di Lingkungan Departemen Dalam Negeri;
2. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 18 Tahun 2009 tentang Pedoman Pelayanan Perizinan, Rekomendasi Pelaksanaan Survei, Penelitian, Pengembangan, Pengkajian dan Studi Lapangan di Daerah Istimewa Yogyakarta;
3. Peraturan Daerah Kabupaten Kulon Progo Nomor : 16 Tahun 2012 tentang Pembentukan Organisasi dan Tata Kerja Lembaga Teknis Daerah;
4. Peraturan Bupati Kulon Progo Nomor : 73 Tahun 2012 tentang Uraian Tugas Unsur Organisasi Terendah Pada Badan Penanaman Modal dan Perizinan Terpadu..

Diizinkan kepada : **BAYU OKTAVIANTO**
NIM / NIP : **11604221026**
PT/Instansi : **UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**
Keperluan : **IZIN PENELITIAN**
Judul/Tema : **TINGKAT KETERAMPILAN DASAR MELEMPAR MENANGKAP DAN MEMUKUL BOLA KASTI PADA SISWA KELAS IV DAN V SD NEGERI CARIKAN KECAMATAN LENDAH KABUPATEN KULON PROGO**

Lokasi : **SD NEGERI CARIKAN KECAMATAN LENDAH KABUPATEN KULON PROGO**

Waktu : **16 Februari 2015 s/d 16 Mei 2015**

1. Terlebih dahulu menemui/melaporkan diri kepada Pejabat Pemerintah setempat untuk mendapat petunjuk seperlunya.
2. Wajib menjaga tata tertib dan mentaati ketentuan-ketentuan yang berlaku.
3. Wajib menyerahkan hasil Penelitian/Riset kepada Bupati Kulon Progo c.q. Kepala Badan Penanaman Modal dan Perizinan Terpadu Kabupaten Kulon Progo.
4. Izin ini tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan Pemerintah dan hanya diperlukan untuk kepentingan ilmiah.
5. Apabila terjadi hal-hal yang tidak diinginkan menjadi tanggung jawab sepenuhnya peneliti
6. Surat izin ini dapat diajukan untuk mendapat perpanjangan bila diperlukan.
7. Surat izin ini dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila tidak dipenuhi ketentuan-ketentuan tersebut di atas.

Ditetapkan di : **Wates**
Pada Tanggal : **17 Februari 2015**

KEPALA
BADAN PENANAMAN MODAL
DAN PERIZINAN TERPADU

AGUNG KURNIAWAN, S.IP., M.Si.
Pembina Tk.I ; IV/b
NIP. 19680805 199603 1 005

Tembusan kepada Yth. :

1. Bupati Kulon Progo (Sebagai Laporan)
2. Kepala Bappeda Kabupaten Kulon Progo
3. Kepala Kantor Kesbangpol Kabupaten Kulon Progo
4. Kepala Dinas Pendidikan Kabupaten Kulon Progo
5. Kepala UPTD PAUD dan DIKDAS Kecamatan Lendah
6. Kepala SD Carikan Lendah
7. Yang bersangkutan

PEMERINTAH KABUPATEN KULON PROGO
DINAS PENDIDIKAN
UPTD PAUD DAN DIKDAS KECAMATAN LENDAH
SD NEGERI CARIKAN



Alamat: Degolan, Bumirejo, Lendah, Kulon Progo, Kode Pos : 55663

SURAT KETERANGAN TELAH MENGAMBIL DATA

Nomor : Car/53/III/2015

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : LUCIA WAHYUNI, S.Pd. SD

NIP : 19570818 198012 2 001

Jabatan : KEPALA SEKOLAH

Unit Kerja : SD NEGERI CARIKAN

Menyatakan bahwa Mahasiswa tersebut dibawah ini :

Nama : BAYU OKTAVIANTO

NIM : 11604221026

Prodi : PGSD Penjas, FIK UNY

Judul Skripsi : "Tingkat keterampilan dasar melempar menangkap dan memukul bola kasti pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Carikan, Kecamatan Lendah, Kabupaten Kulon Progo".

Telah mengambil data yang diperlukan untuk penelitian di sekolah kami, SD Negeri Carikan pada tanggal 21 & 26 Februari 2015. Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Lendah, 13 Maret 2015

Mengetahui,

Kepala SDN CARIKAN



Lucia Wahyuni, S.Pd. SD

NIP : 19570818 198012 2 001



**PEMERINTAHAN KABUPATEN KULON PROGO
DINAS PENDIDIKAN
UPTD PAUD DAN DIKDAS KECAMATAN LENDAH
SD NEGERI BUTUH**

Alamat : Pereng, Bumirejo, Lendah, Kulon Progo Kode Pos 55663

SURAT KETERANGAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala SD Negeri Butuh Kecamatan Lendah Kabupaten Kulon Progo, menerangkan bahwa :

Nama : Bayu Oktavianto

NIM : 11604221026

Program Studi : PGSD Penjas


Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Lembaga Pendidikan : Universitas Negeri Yogyakarta

Judul Skripsi : "Tingkat keterampilan dasar melempar menangkap dan memukul bola kasti pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Carikan, Kecamatan Lendah, Kabupaten Kulon Progo"

Telah melakukan pengambilan data uji instrumen penelitian di SD Negeri Butuh pada tanggal 30 januari - 6 februari 2015. Demikian surat keterangan ini kami buat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Lendah, 14 Februari 2015
Kepala SD N Butuh


Miskinem, S. Pd
Pembina, IV/a

NIP. 19630410 198201 2 002

Lampiran 6. Daftar Siswa Uji Instrumen

DATA UJI INSTRUMEN PERTEMUAN I
Hasil Melempar Bola Kasti Siswa Kelas IV SD N Butuh, Kec Lendah, Kab Kulon Progo

No	Nama Siswa	Melempar										Jumlah
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	AH	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	7
2	AF	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	8
3	AB	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
4	AM	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	8
5	BA	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	8
6	FPS	0	0	1	0	1	1	1	0	0	1	5
7	FS	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	6
8	FKA	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	7
9	GL	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	9
10	IS	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9
11	KA	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	9
12	LNK	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
13	MSM	0	1	1	1	0	1	0	0	1	1	6
14	NA	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	9
15	NS	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	9
16	SDP	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	6
17	R	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	8

Lampiran 6. Daftar Siswa Uji Instrumen

DATA UJI INSTRUMEN PERTEMUAN I Hasil Menangkap Bola Kasti Siswa Kelas IV SD N Butuh, Kec Lendah, Kab Kulon Progo

No	Nama Siswa	Menangkap										Jumlah
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	AH	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	9
2	AF	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	9
3	AB	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
4	AM	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
5	BA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
6	FPS	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
7	FS	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
8	FKA	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	9
9	GL	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
10	IS	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
11	KA	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	9
12	LNK	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
13	MSM	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	9
14	NA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
15	NS	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
16	SDP	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
17	R	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9

Lampiran 6. Daftar Siswa Uji Instrumen

DATA UJI INSTRUMEN PERTEMUAN I Hasil Memukul Bola Kasti Siswa Kelas IV SD N Butuh, Kec Lendah, Kab Kulon Progo

No	Nama Siswa	Memukul										Jumlah
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	AH	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	7
2	AF	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	6
3	AB	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	6
4	AM	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	7
5	BA	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	9
6	FPS	0	0	0	1	0	1	1	0	1	1	5
7	FS	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	6
8	FKA	1	0	0	1	0	1	1	0	0	1	5
9	GL	0	1	0	0	1	1	0	1	1	1	6
10	IS	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	8
11	KA	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9
12	LNK	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	7
13	MSM	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	8
14	NA	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	7
15	NS	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	7
16	SDP	1	1	0	0	1	0	1	1	1	0	6
17	R	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	7

Lampiran 6. Daftar Siswa Uji Instrumen

DATA UJI INSTRUMEN PERTEMUAN II
Hasil Melempar Bola Kasti Siswa Kelas IV SD N Butuh, Kec Lendah, Kab Kulon Progo

No	Nama Siswa	Melempar										Jumlah
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	AH	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	8
2	AF	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	8
3	AB	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	8
4	AM	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	6
5	BA	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9
6	FPS	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	3
7	FS	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	5
8	FKA	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	9
9	GL	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	7
10	IS	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
11	KA	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9
12	LNK	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
13	MSM	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	7
14	NA	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9
15	NS	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
16	SDP	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	2
17	R	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10

Lampiran 6. Daftar Siswa Uji Instrumen

DATA UJI INSTRUMEN PERTEMUAN II
Hasil Menangkap Bola Kasti Siswa Kelas IV SD N Butuh, Kec Lendah, Kab Kulon Progo

No	Nama Siswa	Menangkap										Jumlah
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	AH	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
2	AF	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
3	AB	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
4	AM	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	8
5	BA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
6	FPS	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	9
7	FS	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	8
8	FKA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
9	GL	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
10	IS	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
11	KA	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	9
12	LNK	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
13	MSM	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	8
14	NA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
15	NS	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
16	SDP	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
17	R	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10

Lampiran 6. Daftar Siswa Uji Instrumen

DATA UJI INSTRUMEN PERTEMUAN II
Hasil Memukul Bola Kasti Siswa Kelas IV SD N Butuh, Kec Lendah, Kab Kulon Progo

No	Nama Siswa	Memukul										Jumlah
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	AH	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
2	AF	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	7
3	AB	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	8
4	AM	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	9
5	BA	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	2
6	FPS	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	3
7	FS	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	7
8	FKA	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	4
9	GL	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	8
10	IS	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	9
11	KA	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	3
12	LNK	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	2
13	MSM	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	6
14	NA	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	9
15	NS	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	8
16	SDP	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	3
17	R	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	6

Lampiran 6. Daftar Siswa Uji Instrumen

Lampiran 6. Daftar Siswa Uji Instrumen

DATA UJI INSTRUMEN PERTEMUAN I
Hasil Melempar Bola Kasti Siswa Kelas V SD N Butuh, Kec Lendah, Kab Kulon Progo

No	Nama Siswa	Melempar										Jumlah
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	ARD	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
2	JP	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	9
3	NIP	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	9
4	P	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	7
5	RS	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	8
6	RG	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
7	RAW	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	8
8	RH	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	7
9	SN	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	7
10	SI	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	5
11	UN	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	4
12	DAF	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
13	BA	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0	4
14	NAR	1	0	0	1	0	0	0	1	1	0	4

Lampiran 6. Daftar Siswa Uji Instrumen

DATA UJI INSTRUMEN PERTEMUAN I Hasil Menangkap Bola Kasti Siswa Kelas V SD N Butuh, Kec Lendah, Kab Kulon Progo

No	Nama Siswa	Menangkap										Jumlah
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	ARD	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
2	JP	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9
3	NIP	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	8
4	P	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
5	RS	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
6	RG	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	9
7	RAW	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
8	RH	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
9	SN	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
10	SI	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
11	UN	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	9
12	DAF	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
13	BA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
14	NAR	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	9

Lampiran 6. Daftar Siswa Uji Instrumen

DATA UJI INSTRUMEN PERTEMUAN I
Hasil Memukul Bola Kasti Siswa Kelas V SD N Butuh, Kec Lendah, Kab Kulon Progo

No	Nama Siswa	Memukul										Jumlah
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	ARD	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	7
2	JP	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	6
3	NIP	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	9
4	P	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	9
5	RS	0	0	0	1	0	0	1	0	1	1	4
6	RG	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	9
7	RAW	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	8
8	RH	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	9
9	SN	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
10	SI	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	4
11	UN	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9
12	DAF	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9
13	BA	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	9
14	NAR	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	7

Lampiran 6. Daftar Siswa Uji Instrumen

DATA UJI INSTRUMEN PERTEMUAN II
Hasil Melempar Bola Kasti Siswa Kelas V SD N Butuh, Kec Lendah, Kab Kulon Progo

No	Nama Siswa	Melempar										Jumlah
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	ARD	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9
2	JP	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
3	NIP	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	9
4	P	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9
5	RS	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
6	RG	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	7
7	RAW	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	6
8	RH	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	9
9	SN	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	9
10	SI	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	3
11	UN	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	2
12	DAF	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
13	BA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
14	NAR	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	3

Lampiran 6. Daftar Siswa Uji Instrumen

DATA UJI INSTRUMEN PERTEMUAN II
Hasil Menangkap Bola Kasti Siswa Kelas V SD N Butuh, Kec Lendah, Kab Kulon Progo

No	Nama Siswa	Menangkap										Jumlah
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	ARD	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	2
2	JP	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	8
3	NIP	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	2
4	P	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	3
5	RS	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
6	RG	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	7
7	RAW	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	9
8	RH	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	3
9	SN	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	3
10	SI	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	9
11	UN	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
12	DAF	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
13	BA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
14	NAR	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	8

Lampiran 6. Daftar Siswa Uji Instrumen

DATA UJI INSTRUMEN PERTEMUAN II Hasil Memukul Bola Kasti Siswa Kelas V SD N Butuh, Kec Lendah, Kab Kulon Progo

No	Nama Siswa	Memukul										Jumlah
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	ARD	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9
2	JP	0	0	0	0	1	0	0	1	1	1	4
3	NIP	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
4	P	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
5	RS	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	8
6	RG	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
7	RAW	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	7
8	RH	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	9
9	SN	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
10	SI	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	6
11	UN	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	8
12	DAF	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
13	BA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
14	NAR	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	3

Hasil Uji Validitas

Melempar Correlations

Correlations

		melempar1	melempar2	melempar3	melempar4	melempar5	melempar6	melempar7	melempar8	melempar9	melempar10	melempar_tot
melempar1	Pearson Correlation	1	,408	,142	,451	,354	,229	,343	,106	,299	,543	,619
	Sig, (2-tailed)		,023	,445	,011	,050	,215	,059	,570	,102	,002	,000
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
melempar2	Pearson Correlation	,408	1	,333	,319	,519	,149	,025	,417	,417	,179	,625
	Sig, (2-tailed)	,023		,067	,080	,003	,425	,894	,020	,020	,335	,000
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
melempar3	Pearson Correlation	,142	,333	1	,457	,653	,271	,158	,272	,272	,158	,602
	Sig, (2-tailed)	,445	,067		,010	,000	,141	,397	,138	,138	,397	,000
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
melempar4	Pearson Correlation	,451	,319	,457	1	,542	,380	,644	,226	,226	,271	,723
	Sig, (2-tailed)	,011	,080	,010		,002	,035	,000	,221	,221	,141	,000
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
melempar5	Pearson Correlation	,354	,519	,653	,542	1	,299	,213	,602	,390	,213	,768
	Sig, (2-tailed)	,050	,003	,000	,002		,103	,250	,000	,030	,250	,000
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
melempar6	Pearson Correlation	,229	,149	,271	,380	,299	1	,457	,226	,226	,271	,564
	Sig, (2-tailed)	,215	,425	,141	,035	,103		,010	,221	,221	,141	,001
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
melempar7	Pearson Correlation	,343	,025	,158	,644	,213	,457	1	,110	,110	,326	,544
	Sig, (2-tailed)	,059	,894	,397	,000	,250	,010		,556	,556	,073	,002
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
melempar8	Pearson Correlation	,106	,417	,272	,226	,602	,226	,110	1	,217	,110	,542
	Sig, (2-tailed)	,570	,020	,138	,221	,000	,221	,556		,241	,556	,002
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31

melempar9	Pearson Correlation	,299	,417*	,272	,226	,390*	,226	,110	,217	1	,435*	,597*
	Sig, (2-tailed)	,102	,020	,138	,221	,030	,221	,556	,241		,014	,000
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
melempar10	Pearson Correlation	,543*	,179	,158	,271	,213	,271	,326	,110	,435	1	,573*
	Sig, (2-tailed)	,002	,335	,397	,141	,250	,141	,073	,556	,014		,001
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
melempar_tot	Pearson Correlation	,619*	,625*	,602*	,723*	,768*	,564*	,544*	,542*	,597*	,573*	1
	Sig, (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	,001	,002	,002	,000	,001	
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31

*, Correlation is significant at the 0,05 level (2-tailed),

**, Correlation is significant at the 0,01 level (2-tailed),

Menangkap Correlations

Correlations

		menangkap1	menangkap2	menangkap3	menangkap4	menangkap5	menangkap6	menangkap7	menangkap8	menangkap9	menangkap10	menangkap_tot
menangkap1	Pearson Correlation	1	,433	,252	,616*	,299	,354	,426	,299	,354	,354	,623*
	Sig, (2-tailed)		,015	,171	,000	,103	,050	,017	,103	,050	,050	,000
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
menangkap2	Pearson Correlation	,433	1	,387*	,543*	,644*	,543*	,433	,644*	,543*	,343	,813*
	Sig, (2-tailed)	,015		,032	,002	,000	,002	,015	,000	,002	,059	,000
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31

menangkap3	Pearson Correlation Sig, (2- tailed) N	,252 ,171 31	,387 ,032 31	1 31	,392 ,029 31	,517** ,003 31	,392 ,029 31	,252 ,171 31	,517** ,003 31	,602** ,000 31	,183 ,325 31	,667** ,000 31
menangkap4	Pearson Correlation Sig, (2- tailed) N	,616** ,000 31	,543** ,002 31	,392 ,029 31	1 31	,451** ,011 31	,285 ,121 31	,616** ,000 31	,451 ,011 31	,523** ,003 31	,523** ,003 31	,777** ,000 31
menangkap5	Pearson Correlation Sig, (2- tailed) N	,299 ,103 31	,644** ,000 31	,517** ,003 31	,451 ,011 31	1 31	,229 ,215 31	,299 ,103 31	,587** ,001 31	,451 ,011 31	,229 ,215 31	,699** ,000 31
menangkap6	Pearson Correlation Sig, (2- tailed) N	,354 ,050 31	,543** ,002 31	,392 ,029 31	,285 ,121 31	,229 ,215 31	1 31	,354 ,050 31	,229 ,215 31	,523** ,003 31	,285 ,121 31	,609** ,000 31
menangkap7	Pearson Correlation Sig, (2- tailed) N	,426 ,017 31	,433 ,015 31	,252 ,171 31	,616** ,000 31	,299 ,103 31	,354 ,050 31	1 31	,299 ,103 31	,354 ,050 31	,093 ,619 31	,586** ,001 31
menangkap8	Pearson Correlation Sig, (2- tailed) N	,299 ,103 31	,644** ,000 31	,517** ,003 31	,451 ,011 31	,587** ,001 31	,229 ,215 31	,299 ,103 31	1 31	,451 ,011 31	,451 ,011 31	,730** ,000 31
menangkap9	Pearson Correlation Sig, (2- tailed) N	,354 ,050 31	,543** ,002 31	,602** ,000 31	,523** ,003 31	,451 ,011 31	,523** ,003 31	,354 ,050 31	,451 ,011 31	1 31	,523** ,003 31	,777** ,000 31

menangkap10	Pearson Correlation	,354	,343	,183	,523**	,229	,285	,093	,451	,523**	1	,575**
	Sig, (2-tailed)	,050	,059	,325	,003	,215	,121	,619	,011	,003		,001
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
menangkap_tot	Pearson Correlation	,623**	,813**	,667**	,777**	,699**	,609**	,586**	,730**	,777**	,575**	1
	Sig, (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,001	,000	,000	,001	
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31

*, Correlation is significant at the 0,05 level (2-tailed),

**, Correlation is significant at the 0,01 level (2-tailed),

Memukul Correlations

Correlations

		memukul1	memukul2	memukul3	memukul4	memukul5	memukul6	memukul7	memukul8	memukul9	memukul10	memukul_tot
memukul1	Pearson Correlation	1	,048	,367*	,302	,367*	,372*	,288	,281	,302	,320	,624**
	Sig, (2-tailed)		,797	,042	,099	,042	,039	,116	,125	,099	,079	,000
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
memukul2	Pearson Correlation	,048	1	,513**	,302	,075	,192	,288	,281	,160	,320	,549**
	Sig, (2-tailed)	,797		,003	,099	,687	,302	,116	,125	,390	,079	,001
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
memukul3	Pearson Correlation	,367*	,513**	1	,471**	,217	,299	,435*	,406*	,167	,221	,697**
	Sig, (2-tailed)	,042	,003		,008	,241	,102	,014	,023	,370	,232	,000
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
memukul4	Pearson Correlation	,302	,302	,471**	1	,167	,260	,066	,361	,114	,160	,546**
	Sig, (2-tailed)	,099	,099	,008		,370	,157	,724	,046	,540	,390	,001
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31

memukul5	Pearson Correlation	,367*	,075	,217	,167	1	,106	,110	,406	,623**	,221	,563*
	Sig, (2-tailed)	,042	,687	,241	,370		,570	,556	,023	,000	,232	,001
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
memukul6	Pearson Correlation	,372*	,192	,299	,260	,106	1	,343	,673*	,073	,192	,562*
	Sig, (2-tailed)	,039	,302	,102	,157	,570		,059	,000	,698	,302	,001
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
memukul7	Pearson Correlation	,288	,288	,435*	,066	,110	,343	1	,271	,224	,137	,528*
	Sig, (2-tailed)	,116	,116	,014	,724	,556	,059		,141	,226	,463	,002
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
memukul8	Pearson Correlation	,281	,281	,406*	,361	,406*	,673*	,271	1	,361	,281	,708*
	Sig, (2-tailed)	,125	,125	,023	,046	,023	,000	,141		,046	,125	,000
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
memukul9	Pearson Correlation	,302	,160	,167	,114	,623*	,073	,224	,361	1	,302	,572*
	Sig, (2-tailed)	,099	,390	,370	,540	,000	,698	,226	,046		,099	,001
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
memukul10	Pearson Correlation	,320	,320	,221	,160	,221	,192	,137	,281	,302	1	,549*
	Sig, (2-tailed)	,079	,079	,232	,390	,232	,302	,463	,125	,099		,001
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
memukul_tot	Pearson Correlation	,624**	,549**	,697**	,546**	,563**	,562**	,528**	,708**	,572**	,549**	1
	Sig, (2-tailed)	,000	,001	,000	,001	,001	,001	,002	,000	,001	,001	
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31

*, Correlation is significant at the 0,05 level (2-tailed),

**, Correlation is significant at the 0,01 level (2-tailed),

HASIL UJI RELIABILITAS

Melempar

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	31	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	31	100,0

a, Listwise deletion based on all variables in the procedure,

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.810	10

Menangkap

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	31	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	31	100,0

a, Listwise deletion based on all variables in the procedure,

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.876	10

Memukul

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	31	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	31	100,0

Lampiran 7.Hasil Uji Instrumen

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	31	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	31	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,788	10

Lampiran 8. Daftar Siswa Pengambilan Data**PENGAMBILAN DATA**

Hasil Melempar Bola Kasti Siswa Kelas IV SD N Carikan, Kec Lendah, Kab Kulon Progo

No	Nama Siswa	Melempar										Jumlah
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	ARH	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	9
2	JTS	0	1	1	1	0	0	1	0	1	1	6
3	LWF	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	6
4	PF	0	1	1	0	1	1	1	0	1	0	6
5	RI	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	8
6	SA	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	8
7	RC	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	8
8	RAS	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9
9	TY	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	9
10	IW	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	7
11	YN	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	7
12	EN	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	6
13	NF	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
14	RDS	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	7
15	SR	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
16	BK	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	8
17	II	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	7

Lampiran 8. Daftar Siswa Pengambilan Data

PENGAMBILAN DATA

Hasil Menangkap Bola Kasti Siswa Kelas IV SD N Carikan, Kec Lendah, Kab Kulon Progo

No	Nama Siswa	Menangkap										Jumlah
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	ARH	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	9
2	JTS	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	9
3	LWF	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	9
4	PF	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	8
5	RI	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9
6	SA	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
7	RC	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	9
8	RAS	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
9	TY	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	9
10	IW	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	7
11	YN	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	9
12	EN	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
13	NF	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
14	RDS	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	9
15	SR	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
16	BK	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9
17	II	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10

Lampiran 8. Daftar Siswa Pengambilan Data

PENGAMBILAN DATA

Hasil Memukul Bola Kasti Siswa Kelas IV SD N Carikan, Kec Lendah, Kab Kulon Progo

No	Nama Siswa	Memukul										Jumlah
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	ARH	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
2	JTS	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9
3	LWF	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	7
4	PF	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
5	RI	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9
6	SA	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	7
7	RC	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9
8	RAS	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	9
9	TY	0	1	1	0	1	1	0	0	0	1	5
10	IW	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	7
11	YN	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9
12	EN	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	7
13	NF	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	8
14	RDS	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	6
15	SR	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
16	BK	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	9
17	II	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	8

Lampiran 8. Daftar Siswa Pengambilan Data

PENGAMBILAN DATA

Hasil Melempar Bola Kasti Siswa Kelas V SD N Carikan, Kec Lendah, Kab Kulon Progo

No	Nama Siswa	Melempar										Jumlah
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	LP	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	6
2	DA	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	7
3	WD	0	0	0	0	1	1	1	0	1	0	4
4	YDP	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	7
5	RA	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	5
6	AS	0	0	0	0	1	0	1	1	1	1	5
7	AP	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
8	AF	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	9
9	SN	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	3
10	TP	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	7
11	AS	0	0	1	0	1	0	1	1	1	0	5

Lampiran 8. Daftar Siswa Pengambilan Data

PENGAMBILAN DATA

Hasil Menangkap Bola Kasti Siswa Kelas V SD N Carikan, Kec Lendah, Kab Kulon Progo

No	Nama Siswa	Menangkap										Jumlah
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	LP	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
2	DA	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	8
3	WD	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	7
4	YDP	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9
5	RA	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	9
6	AS	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
7	AP	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
8	AF	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
9	SN	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	8
10	TP	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
11	AS	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9

Lampiran 8. Daftar Siswa Pengambilan Data**PENGAMBILAN DATA**

Hasil Memukul Bola Kasti Siswa Kelas V SD N Carikan, Kec Lendah, Kab Kulon Progo

No	Nama Siswa	Memukul										Jumlah
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	LP	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	7
2	DA	1	0	0	1	0	1	1	0	1	0	5
3	WD	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	8
4	YDP	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	5
5	RA	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	7
6	AS	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	6
7	AP	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	8
8	AF	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	9
9	SN	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
10	TP	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	8
11	AS	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	7

Lampiran 9. Hasil Olah Data

Kategori Keterampilan Dasar Melempar, Menangkap, dan Memukul Bola Kasti Siswa Kelas IV SD Negeri Carikan

Rumus Kategori

Melempar

Skor max			=	10
Skor min			=	6
Mean ideal	16	/	2	= 8,0
St, Deviasi	4	/	6	= 0,7

Sangat Tinggi	: $X > M + 1,5 \text{ SD}$
Tinggi	: $M + 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 1,5 \text{ SD}$
Sedang	: $M - 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 0,5 \text{ SD}$
Rendah	: $M - 1,5 \text{ SD} < X \leq M - 0,5 \text{ SD}$
Sangat Rendah	: $X \leq M - 1,5 \text{ SD}$

Kategori	Skor
Sangat Tinggi	: $X > 9,0$
Tinggi	: $8,3 < X \leq 9,0$
Sedang	: $7,7 < X \leq 8,3$
Rendah	: $7,0 < X \leq 7,7$
Sangat Rendah	: $X \leq 7,0$

Menangkap

Skor max			=	10
Skor min			=	7
M	17	/	2	= 8,5
SD	3	/	6	= 0,5

Sangat Tinggi	: $X > M + 1,5 \text{ SD}$
Tinggi	: $M + 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 1,5 \text{ SD}$
Sedang	: $M - 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 0,5 \text{ SD}$
Rendah	: $M - 1,5 \text{ SD} < X \leq M - 0,5 \text{ SD}$
Sangat Rendah	: $X \leq M - 1,5 \text{ SD}$

Kategori	Skor
Sangat Tinggi	: $X > 9,3$
Tinggi	: $8,8 < X \leq 9,3$
Sedang	: $8,3 < X \leq 8,8$
Rendah	: $7,8 < X \leq 8,3$
Sangat Rendah	: $X \leq 7,8$

Lampiran 9. Hasil Olah Data

Memukul

Skor max		=	10
Skor min		=	5
M	15 / 2	=	7,5
SD	5 / 6	=	0,8

Sangat Tinggi	: $X > M + 1,5 \text{ SD}$
Tinggi	: $M + 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 1,5 \text{ SD}$
Sedang	: $M - 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 0,5 \text{ SD}$
Rendah	: $M - 1,5 \text{ SD} < X \leq M - 0,5 \text{ SD}$
Sangat Rendah	: $X \leq M - 1,5 \text{ SD}$

Kategori	Skor
Sangat Tinggi	: $X > 8,8$
Tinggi	: $7,9 < X \leq 8,8$
Sedang	: $7,1 < X \leq 7,9$
Rendah	: $6,3 < X \leq 7,1$
Sangat Rendah	: $X \leq 6,3$

Gabungan

Skor max		=	30
Skor min		=	21
M	51 / 2	=	25,5
SD	9 / 6	=	1,5

Sangat Tinggi	: $X > M + 1,5 \text{ SD}$
Tinggi	: $M + 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 1,5 \text{ SD}$
Sedang	: $M - 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 0,5 \text{ SD}$
Rendah	: $M - 1,5 \text{ SD} < X \leq M - 0,5 \text{ SD}$
Sangat Rendah	: $X \leq M - 1,5 \text{ SD}$

Kategori	Skor
Sangat Tinggi	: $X > 27,8$
Tinggi	: $26,3 < X \leq 27,8$
Sedang	: $24,8 < X \leq 26,3$
Rendah	: $23,3 < X \leq 24,8$
Sangat Rendah	: $X \leq 23,3$

Lampiran 9. Hasil Olah Data

Frekuensi & Kategori Keterampilan Dasar Melempar, Menangkap, dan Memukul Bola Kasti Siswa Kelas IV SD Negeri Carikan

Frequencies

		Statistics			
		melempar	menangkap	memukul	jumlah
N	Valid	17	17	17	17
	Missing	0	0	0	0

Frequency Table

		Melempar			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik Sekali	2	11,8	11,8	11,8
	Baik	3	17,6	17,6	29,4
	Sedang	4	23,5	23,5	52,9
	Kurang	0	0,0	0,0	0,0
	Kurang Sekali	8	47,1	47,1	100,0
	Total	17	100,0	100,0	

		Menangkap			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik Sekali	6	35,3	35,3	35,3
	Baik	9	52,9	52,9	88,2
	Sedang	0	0,0	0,0	0,0
	Kurang	1	5,9	5,9	94,1
	Kurang Sekali	1	5,9	5,9	100,0
	Total	17	100,0	100,0	

		Memukul			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik Sekali	9	52,9	52,9	52,9
	Baik	2	11,8	11,8	64,7
	Sedang	0	0,0	0,0	0,0
	Kurang	4	23,5	23,5	88,2
	Kurang Sekali	2	11,8	11,8	100,0
	Total	17	100,0	100,0	

		Jumlah gabungan melempar, menangkap, memukul			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik Sekali	4	23,5	23,5	23,5
	Baik	0	0,0	0,0	0,0
	Sedang	6	35,3	35,3	58,8
	Kurang	2	11,8	11,8	70,6
	Kurang Sekali	5	29,4	29,4	100,0
	Total	17	100,0	100,0	

Lampiran 9. Hasil Olah Data

Kategori Keterampilan Dasar Melempar, Menangkap, dan Memukul Bola Kasti Siswa Kelas V SD Negeri Carikan

Rumus Kategori

Melempar

Skor max				=	10
Skor min				=	3
Mean ideal	13	/	2	=	6,5
St, Deviasi	7	/	6	=	1,2

Sangat Tinggi	: $X > M + 1,5 \text{ SD}$
Tinggi	: $M + 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 1,5 \text{ SD}$
Sedang	: $M - 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 0,5 \text{ SD}$
Rendah	: $M - 1,5 \text{ SD} < X \leq M - 0,5 \text{ SD}$
Sangat Rendah	: $X \leq M - 1,5 \text{ SD}$

Kategori	Skor
Sangat Tinggi	: $X > 8,3$
Tinggi	: $7,1 < X \leq 8,3$
Sedang	: $5,9 < X \leq 7,1$
Rendah	: $4,8 < X \leq 5,9$
Sangat Rendah	: $X \leq 4,8$

Menangkap

Skor max				=	10
Skor min				=	7
M	17	/	2	=	8,5
SD	3	/	6	=	0,5

Sangat Tinggi	: $X > M + 1,5 \text{ SD}$
Tinggi	: $M + 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 1,5 \text{ SD}$
Sedang	: $M - 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 0,5 \text{ SD}$
Rendah	: $M - 1,5 \text{ SD} < X \leq M - 0,5 \text{ SD}$
Sangat Rendah	: $X \leq M - 1,5 \text{ SD}$

Kategori	Skor
Sangat Tinggi	: $X > 9,3$
Tinggi	: $8,8 < X \leq 9,3$
Sedang	: $8,3 < X \leq 8,8$

Lampiran 9. Hasil Olah Data

Rendah	:	7,8	<	X	≤	8,3
Sangat Rendah	:			X	≤	7,8

Memukul

Skor max				=	10
Skor min				=	5
M	15	/	2	=	7,5
SD	5	/	6	=	0,8

Sangat Tinggi	:	$X > M + 1,5 \text{ SD}$
Tinggi	:	$M + 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 1,5 \text{ SD}$
Sedang	:	$M - 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 0,5 \text{ SD}$
Rendah	:	$M - 1,5 \text{ SD} < X \leq M - 0,5 \text{ SD}$
Sangat Rendah	:	$X \leq M - 1,5 \text{ SD}$

Kategori		Skor		
Sangat Tinggi	:	X	>	8,8
Tinggi	:	7,9	<	X ≤ 8,8
Sedang	:	7,1	<	X ≤ 7,9
Rendah	:	6,3	<	X ≤ 7,1
Sangat Rendah	:	X	≤	6,3

Gabungan

Skor max				=	28
Skor min				=	19
M	47	/	2	=	23,5
SD	9	/	6	=	1,5

Sangat Tinggi	:	$X > M + 1,5 \text{ SD}$
Tinggi	:	$M + 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 1,5 \text{ SD}$
Sedang	:	$M - 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 0,5 \text{ SD}$
Rendah	:	$M - 1,5 \text{ SD} < X \leq M - 0,5 \text{ SD}$
Sangat Rendah	:	$X \leq M - 1,5 \text{ SD}$

Kategori		Skor		
Sangat Tinggi	:	X	>	25,8
Tinggi	:	24,3	<	X ≤ 25,8
Sedang	:	22,8	<	X ≤ 24,3
Rendah	:	21,3	<	X ≤ 22,8
Sangat Rendah	:	X	≤	21,3

Lampiran 9. Hasil Olah Data

Frekuensi & Kategori Keterampilan Dasar Melempar, Menangkap, dan Memukul Bola Kasti Siswa Kelas V SD Negeri Carikan

Frequencies

		Statistics			
		melempar	menangkap	memukul	jumlah
N	Valid	11	11	11	11
	Missing	0	0	0	0

Frequency Table

		melempar			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik Sekali	2	18,2	18,2	18,2
	Baik	0	0,0	0,0	0,0
	Sedang	4	36,4	36,4	54,5
	Kurang	3	27,3	27,3	81,8
	Kurang Sekali	2	18,2	18,2	100,0
	Total	11	100,0	100,0	

		menangkap			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik Sekali	5	45,5	45,5	45,5
	Baik	3	27,3	27,3	72,7
	Sedang	0	0,0	0,0	0,0
	Kurang	2	18,2	18,2	90,9
	Kurang Sekali	1	9,1	9,1	100,0
	Total	11	100,0	100,0	

		memukul			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik Sekali	2	18,2	18,2	18,2
	Baik	3	27,3	27,3	45,5
	Sedang	0	0,0	0,0	0,0
	Kurang	3	27,3	27,3	72,7
	Kurang Sekali	3	27,3	27,3	100,0
	Total	11	100,0	100,0	

		Jumlah gabungan melempar, menangkap, memukul			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik Sekali	2	18,2	18,2	18,2
	Baik	1	9,1	9,1	27,3
	Sedang	1	9,1	9,1	36,4
	Kurang	0	0,0	0,0	0,0
	Kurang Sekali	7	63,6	63,6	100,0
	Total	11	100,0	100,0	

Lampiran 9. Hasil Olah Data

Kategori Keterampilan Dasar Melempar, Menangkap, dan Memukul Bola Kasti Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Carikan

Rumus Kategori

Melempar				
Skor max			=	10
Skor min			=	3
Mean ideal	13	/	2	= 6,5
St, Deviasi	7	/	6	= 1,2

Sangat Tinggi	: $X > M + 1,5 \text{ SD}$
Tinggi	: $M + 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 1,5 \text{ SD}$
Sedang	: $M - 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 0,5 \text{ SD}$
Rendah	: $M - 1,5 \text{ SD} < X \leq M - 0,5 \text{ SD}$
Sangat Rendah	: $X \leq M - 1,5 \text{ SD}$

Kategori	Skor			
Sangat Tinggi	:	X	>	8,3
Tinggi	:	7,1	< X	\leq 8,3
Sedang	:	5,9	< X	\leq 7,1
Rendah	:	4,8	< X	\leq 5,9
Sangat Rendah	:	X	\leq	4,8

Menangkap				
Skor max			=	10
Skor min			=	7
M	17	/	2	= 8,5
SD	3	/	6	= 0,5

Sangat Tinggi	: $X > M + 1,5 \text{ SD}$
Tinggi	: $M + 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 1,5 \text{ SD}$
Sedang	: $M - 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 0,5 \text{ SD}$
Rendah	: $M - 1,5 \text{ SD} < X \leq M - 0,5 \text{ SD}$
Sangat Rendah	: $X \leq M - 1,5 \text{ SD}$

Kategori	Skor			
Sangat Tinggi	:	X	>	9,3
Tinggi	:	8,8	< X	\leq 9,3
Sedang	:	8,3	< X	\leq 8,8
Rendah	:	7,8	< X	\leq 8,3

Lampiran 9. Hasil Olah Data

Sangat Rendah : $X \leq 7,8$

Memukul

Skor max = 10

Skor min = 5

M 15 / 2 = 7,5

SD 5 / 6 = 0,8

Sangat Tinggi : $X > M + 1,5 SD$

Tinggi : $M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$

Sedang : $M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$

Rendah : $M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$

Sangat Rendah : $X \leq M - 1,5 SD$

Kategori

Skor

Sangat Tinggi : $X > 8,8$

Tinggi : $7,9 < X \leq 8,8$

Sedang : $7,1 < X \leq 7,9$

Rendah : $6,3 < X \leq 7,1$

Sangat Rendah : $X \leq 6,3$

Gabungan

Skor max = 30

Skor min = 19

M 49 / 2 = 24,5

SD 11 / 6 = 1,8

Sangat Tinggi : $X > M + 1,5 SD$

Tinggi : $M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$

Sedang : $M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$

Rendah : $M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$

Sangat Rendah : $X \leq M - 1,5 SD$

Kategori

Skor

Sangat Tinggi : $X > 27,3$

Tinggi : $25,4 < X \leq 27,3$

Sedang : $23,6 < X \leq 25,4$

Rendah : $21,8 < X \leq 23,6$

Sangat Rendah : $X \leq 21,8$

Lampiran 9. Hasil Olah Data

Frekuensi & Kategori Keterampilan Dasar Melempar, Menangkap, dan Memukul Bola Kasti Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Carikan

Frequencies

		Statistics			
		melempar gab	menangkap gab	memukul gab	jumlah gab
N	Valid	28	28	28	28
	Missing	0	0	0	0

Frequency Table

melempar gabungan Kelas IV dan V

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik Sekali	7	25,0	25,0	25,0
	Baik	4	14,3	14,3	39,3
	Sedang	12	42,9	42,9	82,1
	Kurang	3	10,7	10,7	92,9
	Kurang Sekali	2	7,1	7,1	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

menangkap gabungan Kelas IV dan V

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik Sekali	11	39,3	39,3	39,3
	Baik	12	42,9	42,9	82,1
	Sedang	0	0,0	0,0	0,0
	Kurang	3	10,7	10,7	92,9
	Kurang Sekali	2	7,1	7,1	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

memukul gabungan Kelas IV dan V

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik Sekali	11	39,3	39,3	39,3
	Baik	5	17,9	17,9	57,1
	Sedang	0	0,0		
	Kurang	7	25,0	25,0	82,1
	Kurang Sekali	5	17,9	17,9	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

jumlah gabungan Melempar, Menangkap, Memukul Kelas IV dan V

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik Sekali	6	21,4	21,4	21,4
	Baik	3	10,7	10,7	32,1
	Sedang	6	21,4	21,4	53,6
	Kurang	5	17,9	17,9	71,4
	Kurang Sekali	8	28,6	28,6	100,0
	Total	28	100,0	100,0	

Lampiran 10. Dokumentasi

Siswa-Siswi SD Negeri Carikan saat Ambil Data



Percobaan Lempar Tangkap Bola Kasti



Pengambilan Data Tes Menangkap Bola Kasti



Pengambilan Data Tes Memukul Bola Kasti



Pengambilan Data Tes Melempar Bola Kasti



Persiapan Pengambilan Data Tes Melempar Bola Kasti

